

**PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING*  
ATAS PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI PUTRI  
SMP N 2 KRETEK BANTUL**

**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani**



**Oleh:**

**Adityo Nugroho  
NIM 12601244010**

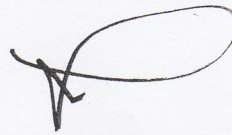
**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAH RAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAH RAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2016**



## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putri SMP N 2 Kretek Bantul” yang disusun oleh Adityo Nugroho, NIM 12601244010 ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan.

Yogyakarta, 26 April 2016  
Pembimbing,



Suhadi, M.Pd.  
NIP. 19600505198803 1 006

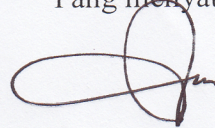


## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putri SMP N 2 Kretek Bantul ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 26 April 2016  
Yang menyatakan,



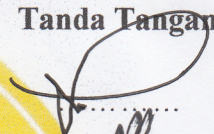

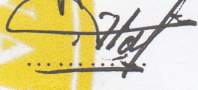
Adityo Nugroho  
NIM. 12601244010



## PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putri SMP N 2 Kretek Bantul” yang disusun oleh Adityo Nugroho, NIM 12601244010 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 18 Mei 2016 dan dinyatakan lulus.

## DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Suhadi, M.Pd	Ketua Penguji		8/6/2016
Yudanto, M.Pd	Sekretaris Penguji		7/6/2016
Dr. Guntur, M.Pd	Penguji I (Utama)		3/6/2016
Sudardiyono, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		2/6/2016

Yogyakarta, Juni 2016  
Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed  
NIP 19640707 198812 1 001



## **MOTTO**

1. Kawula mung saderma, mobah-mosik kersaning hyang sukmo, lakukan yang kita bisa, setelahnya serahkan kepada tuhan.(Adityo Nugroho)
2. Diam itu emas tapi, bicara pada waktu yang tepat adalah berlian (Berlian)
3. Tetap semangat dan raih cita-cita setinggi langit, Jangan pernah takut untuk mencoba (Aprilia S Manganang)

## **PERSEMBAHAN**

Saya persembahkan skripsi ini kepada yang telah memberikan bantuan serta dukungan baik moril maupun materil, serta terimakasihku kepada :

1. Kedua orang tuaku (Bapak Edy Ruswanto/Totok dan Ibu Siti Murtini) terima kasih atas, kasih sayang, nasehat, pengorbanan, motivasi, dan do'a yang selalu mengiringi setiap langkah aktifitas saya.
2. Keluarga besar PJKR C 2012 yang selalu memberika motivasi dan menjaga kekompakan dan keutuhan dalam keluarga. Dan senantiasa mengingatkan ku untuk selalu menjadi orang yang berguna.
3. Keluarga kontrakan spartan 166C yang memberikan selalu memberikan dukungan dan motivasi untuk terus maju ke arah yang lebih baik.
4. SMP N 2 Kretek Bantul yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk belajar menjadi seorang yang berguna dan bermanfaat bagi orang lain.

**PENGARUH METODE BERMAIN TERHADAP KEMAMPUAN *PASSING*  
ATAS PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI PUTRI  
SMP N 2 KRETEK BANTUL**

Oleh  
Adityo Nugroho  
NIM 12601244010

**ABSTRAK**

Penurunan prestasi tim bolavoli salah satunya disebabkan menurunnya kemampuan teknik bermain bolavoli khususnya pada kemampuan *Passing atas*. Kurangnya variasi metode latihan yang digunakan dalam peningkatan kemampuan *Passing atas* peserta ekstrakurikuler bolavoli. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode bermain terhadap kemampuan *passing atas*, pada siswa putri yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli di SMP N 2 Kretek Bantul.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu/tidak murni dengan desain penelitian *one group pre test and post test design*. Populasi penelitian ini berjumlah 15 siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes keterampilan *passing atas* untuk usia 13-15 tahun (Depdiknas, 1995). Perlakuan (*treatment*) adalah metode bermain selama 16 kali pertemuan.

Berdasarkan hasil uji statistik variabel diperoleh nilai uji t antara *pre test* dan *post test* pengaruh metode bermain terhadap peningkatan *passing atas*, yang memiliki t hitung sebesar 9,242, lebih besar dari t tabel 1,761 ( $9,242 > 1,761$ ), sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara data sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Peningkatan rerata terlihat nyata karena terjadi peningkatan sebesar 4,40 dari 42,20 menjadi 46,60. Jika digambarkan dalam presentase, peningkatan tersebut sebesar 10,43%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pelatihan metode bermain terhadap kemampuan *passing atas* bolavoli peserta ekstrakurikuler SMP N 2 Kretek Bantul.

**Kata kunci:** *metode bermain, passing atas, bolavoli*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan yang Maha Esa, atas limpahan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul: “Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putri SMP N 2 Kretek Bantul”.

Penulis sadar bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak akan terwujud. Oleh karena itulah pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan trimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rochmat Wahab. M.Pd., M.A., selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta atas kesempatan yang diberikan kepada peneliti untuk menempuh studi sehingga peneliti dapat menyelesaikan studi.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kemudahan administrasi dalam perijinan penelitian.
3. Bapak Erwin Setyo Kriswanto, S.Pd., M.Kes., selaku ketua jurusan POR dan ketua prodi PJKR FIK UNY yang telah berkenan memberikan ijin penelitian dan memberikan bimbinganya.
4. Bapak Drs. Suhadi, M.Pd., selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan sangat sabar memberikan bimbingan dan sangat pengertian selama penulisan skripsi ini.
5. Bapak Yuyun Ari Wibowo, S.Pd., M.Or., selaku pembimbing akademik yang telah berkenan memberikan ijin penelitian dan memberikan bimbinganya.

6. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
7. Teman- teman PJKR C angkatan 2012 dan rekan-rekan semua yang tidak memungkinkan disebutkan satu persatu, yang telah membantu penulis dalam rangka penyelesaian skripsi ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang juga telah memberikan dorongan serta bantuan selama penyusunan skripsi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Dengan menghaturkan rasa syukur kepada Allah SWT, semoga pembaca dapat menikmati dan memperoleh manfaat dari karya ini. Amin .

Penulis,



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Program Latihan Metode Bermain.....	52
Lampiran 2. Surat <i>Expert Judgment</i> .....	65
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian UNY.....	66
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian BAPEDA.....	67
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian SETDA.....	68
Lampiran 6. Tes <i>passing</i> untuk usia 13-15 tahun.....	69
Lampiran 7. Data Peserta Putri Ekstrakurikuler Bolavoli.....	73
Lampiran 8. Data Hasil <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> .....	74
Lampiran 9. Olah Data Penelitian.....	78
Lampiran 10. Surat Keterangan SMP N 2 Kretek Bantul.....	79
Lampiran 11. Dokumentasi penelitian.....	84

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	8
A. Deskripsi Teori	
1. Pengertian Pengaruh.....	9
2. Hakikat Bermain.....	9
3. Hakikat Metode Bermain.....	11
4. Hakikat Permainan BolaVoli.....	14
5. Hakikat Ekstrakurikuler.....	22
6. Karakteristik Siswa SMP N 2 Kretek Bantul.....	24

B. Penelitian yang relevan.....	26
C. Kerangka Berpikir.....	27
D. Hipotesis.....	28
<b>BAB III. METODE PENELITIAN.....</b>	<b>29</b>
A. Desain Penelitian.....	29
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	30
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	30
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data.....	31
1. Instrumen Penelitian.....	31
2. Teknik Pengumpulan Data.....	31
E. Teknik Analisis Data.....	32
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>35</b>
A. Deskripsi Tempat, Waktu, dan Subjek Penelitian.....	35
1. Tempat Penelitian.....	35
2. Waktu Penelitian.....	35
3. Subjek Penelitian.....	35
B. Hasil Penelitian.....	36
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>47</b>
A. Kesimpulan.....	47
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	47
C. Keterbatasan Penelitian.....	48
D. Saran-Saran.....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>49</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>51</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Data Penelitian <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	36
Tabel 2. Deskriptif Statistik <i>Passing Atas</i> .....	37
Tabel 3. Deskripsi Hasil <i>Pretest</i> .....	37
Tabel 4. Deskripsi Hasil <i>Posttest</i> .....	39
Tabel 5. Data Hasil Normalitas <i>Chi Kuadrat</i> .....	40
Tabel 6. Data Hasil Uji Homogenitas.....	41
Tabel 7. Data Hasil Uji-t.....	42
Tabel 8. Data Hasil Perhitungan Prosentase Peningkatan <i>Pretest-Posttest</i> .....	43

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Sikap Tangan Saat Perkenaan Bola Pada Saat <i>Passing</i> Atas.....	18
Gambar 2. Sikap Saat Perkenaan Bola <i>Passing</i> Atas.....	18
Gambar 3. Desain Penelitian.....	29
Gambar 4. Histogram <i>PretestPassing</i> Atas.....	38
Gambar 5. Histogram <i>Posttest Passing</i> Atas.....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Program Latihan Metode Bermain.....	52
Lampiran 2. Surat <i>Expert Judgment</i> .....	65
Lampiran 3. Surat Ijin Penelitian UNY.....	66
Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian BAPEDA.....	67
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian SETDA.....	68
Lampiran 6. Tes <i>passing</i> untuk usia 13-15 tahun.....	69
Lampiran 7. Data Peserta Putri Ekstrakurikuler Bolavoli.....	73
Lampiran 8. Data Hasil <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i> .....	74
Lampiran 9. Olah Data Penelitian.....	78
Lampiran 10. Surat Keterangan SMP N 2 Kretek Bantul.....	79
Lampiran 11. Dokumentasi penelitian.....	84

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Peraturan Permainan PBVSI (2002: 7), bolavoli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan dan permainannya adalah melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan, dan mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat melakukan 3 pantulan untuk mengembalikan bola di luar perkenaan bola. Permainan bolavoli adalah melewatkan bola ke daerah lawan, Yunus (1991: 17). Keterampilan gerak merupakan kemauan yang dimiliki oleh siswa sebagai bekal menjalani kehidupan sehari-hari. Pembelajaran keterampilan gerak merupakan salah satu bagian dari pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah. Permainan bolavoli dapat digunakan sebagai sarana untuk mendidik, sebab dengan olahraga bolavoli dapat membentuk pribadi yang sportif, jujur, kerjasama, tanggung jawab, yang semua itu merupakan nilai-nilai pendidikan yang dapat di tanamkan.

Pendidikan merupakan proses perubahan perilaku yang belum tahu menjadi tahu. Oleh karena itu olahraga permainan bolavoli diberikan di lingkungan sekolah, bolavoli diberikan sejak anak-anak SD,SLTP,SMA sampai ditingkat Perguruan Tinggi. Karena ada tuntutan pembelajaran yang tinggi dan semakin berkembangnya permainan bolavoli maka akan mengalami beberapa perkembangan baik secara teknik maupun taktik. Selain itu juga perlu dicari cara latihan yang efektif dan efisien, terutama untuk

memilih dan menyusun metode latihan yang baik, terutama untuk penguasaan teknik dasar yang sempurna sehingga pembelajaran yang diharapkan dapat tercapai. Untuk pencapaian hasil yang baik sejak dini anak harus diberikan pembelajaran teknik dasar .

Bolavoli dikenal berbagai teknik dasar, dan untuk bermain bolavoli harus dikuasai dahulu teknik-teknik dasar. Penguasaan teknik dasar yang sempurna menjadi dasar untuk mengembangkan permainan itu sendiri. Penguasaan teknik dasar bolavoli merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu didalam pertandingan, disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. *Passing* merupakan teknik dasar yang paling awal diajarkan bagi siswa atau pemain pemula. *Passing* dapat diartikan sebagai upaya seseorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang di mainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri.

Kegiatan kurikuler merupakan kegiatan pokok pendidikan yang di dalamnya terjadi proses belajar-mengajar antara peserta didik dan pendidik untuk mendalami materi-materi ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan tujuan pendidikan dan kemampuan yang hendak diperoleh peserta didik. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan dalam rangka mengembangkan aspek-aspek tertentu dari apa yang ditemukan pada kurikulum yang sedang dijalankan.



Bedasarkan penjelasan di atas kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler saling melengkapi dalam penyalur bakat atau pendorong perkembangan potensi siswa mencapai taraf maksimum serta untuk menunjang penekanan pada peningkatan prestasi siswa dalam bidang akademis maupun non akademis. Oleh karena itu demi kemajuan sekolah tentunya perlu diperhatikan pengembangan bidang akademis maupun non akademis agar seimbang.

Pendidikan akademis di SMP Negeri 2 Kretek Bantul tergolong memiliki prestasi yang cukup bagus namun dalam bidang non akademisi seperti olahraga berbanding terbalik yaitu semakin menurun, misalnya dalam bidang olahraga bola voli yang menurun prestasinya. Tentunya harapan sekolah ingin mendapatkan prestasi yang seimbang baik akademis dan non akademis khususnya olahraga bolavoli. Perhatian khusus perlu diupayakan untuk bidang non akademis sehingga siswa mampu berprestasi di bidang olahraga bolavoli SMP Negeri 2 Kretek Bantul.

Adanya prestasi olahraga bola voli dapat dicapai apabila SMP Negeri 2 Kretek Bantul mempunyai tim handal di bidang olahraga bolavoli. Saat ini tim olahraga bolavoli masih belum menunjukkan kemampuan mendekati tim juara bola voli sekolah lain. Hal ini dibuktikan dalam beberapa tahun terakhir mengalami penurunan prestasi, penurunan prestasi tim bolavoli salah satunya disebabkan menurunnya kemampuan teknik bermain bolavoli khususnya pada kemampuan passing atas.

Penurunan prestasi salah satunya dikarenakan oleh kurangnya minat berlatih bolavoli. Kurangnya minat berlatih bolavoli merupakan salah satu faktor menurunnya kemampuan *passing atas* tim bolavoli SMP Negeri 2 Kretek Bantul. Minat yang rendah berpengaruh terhadap motivasi berlatih siswa sehingga setiap arahan dari pelatih atau pembina ekstrakurikuler kurang diperhatikan. Sehingga perlu pengembangan minat berlatih pada siswa, selain itu siswa yang memiliki minat yang rendah cenderung melakukan tindakan seenaknya seperti membolos atau bahkan malas melakukan gerakan meskipun sebenarnya mampu untuk melakukannya.

Motivasi siswa yang rendah juga harus diperhatikan. Hal ini dikarenakan selama kegiatan ekstrakurikuler bolavoli berlangsung, siswa masih kurang serius dalam mengikuti program latihan yang diberikan pelatih ekstrakurikuler bolavoli. Siswa yang tidak serius berlatih kemungkinan karena bosan dan jenuh dengan metode dan program latihan yang cenderung kurang bervariasi. Tingkat motivasi yang rendah, tentunya berpengaruh terhadap tingkat kemampuan bolavoli khususnya pada teknik *passing atas*.

Metode baru dipilih untuk usaha meningkatkan kemampuan bermain bolavoli khususnya kemampuan *passing atas*, selama ini kegiatan ekstrakurikuler bolavoli diselenggarakan dengan metode yang kurang variasi dan monoton. Adanya metode baru dengan harapan mampu meningkatkan minat dan motivasi berlatih siswa ekstrakurikuler bolavoli SMP N 2 Kretek Bantul. Salah satu metode yang cocok diterapkan untuk berlatih kemampuan *passing atas* yaitu dengan metode bermain.

Metode bermain ini dipilih karena peserta ekstrakurikuler diharap bisa lebih paham untuk dapat menguasai teknik dasar khususnya *passing* atas. Dalam bermain bolavoli peserta didik belum mampu menguasai teknik dasar bolavoli khususnya *passing* atas dan permainan secara maksimal. Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain: (1) Penguasaan teknik dasar *passing* atas peserta didik masih lemah dan perlu untuk ditingkatkan. Pengambilan bola tinggi banyak dilakukan dengan menggunakan *passing* bawah, serta sentuhan jari-jari perkenaan pada bola dilakukan terlalu lebar mengakibatkan bola tidak bisa di *passing* dengan baik, (2) Pada saat kegiatan ekstrakurikuler berlangsung peserta didik cenderung lebih senang untuk bermain dari pada latihan terkait dengan teknik dasar *passing* khususnya.

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan saat kegiatan ekstrakurikuler bola voli di lapangan SMP N 2 Kretek Bantul mayoritas peserta didiknya menyukai bermain bola voli dari pada untuk berlatih teknik dasar *passing* khususnya, oleh karena itu dibutuhkan metode bermain yang di dalamnya berisi tentang penguasaan teknik dasar untuk meningkatkan kemampuan *passing* atas khususnya, dari permasalahan yang telah dikemukakan di atas, penulis berkeinginan untuk meneliti kemampuan *passing* atas melalui aktivitas bermain peserta ekstrakurikuler bolavoli di SMP N 2 Kretek Bantul. Berdasarkan kenyataan tersebut nantinya yang akan diteliti dengan judul penelitian ”Pengaruh Metode Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Atas Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putri SMP N 2 Kretek Bantul”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi siswa dalam pembelajaran bolavoli di sekolah, antara lain adalah sebagai berikut:

1. Program latihan yang digunakan dalam kegiatan ekstrakurikuler bolavoli putri di SMP N 2 Kretek Bantul masih kurang bervariasi.
2. Perlu adanya metode baru untuk usaha peningkatan kemampuan bolavoli, khususnya kemampuan *passing* atas
3. Metode bermain belum diterapkan di SMP N 2 Kretek Bantul untuk peningkatan *passing* atas.

## **C. Pembatasan Masalah**

Agar penelitian dapat lebih fokus, maka tidak semua masalah yang disebutkan dalam identifikasi masalah dapat diteliti. Peneliti dibatasi pada pengaruh metode bermain terhadap kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dan batasan masalah di atas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: "Seberapa besar pengaruh metode bermain terhadap kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul?"

## **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh metode bermain terhadap kemampuan teknik dasar *passing* atas pada siswa putri yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 2 Kretek Bantul.

## **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah ada tidaknya peningkatan kemampuan *passing* atas dengan metode bermain peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul adalah sebagai berikut:

### **1. Manfaat Praktis:**

#### **a. Bagi Guru**

- 1) Dapat dijadikan masukan dan evaluasi bagi guru dan pelatih ekstrakurikuler bolavoli di SMP N 2 Kretek Bantul terhadap proses pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler.
- 2) Dapat dimanfaatkan sebagai landasan modifikasi bentuk pengukuran kemampuan olahraga bolavoli siswa SMP.
- 3) Memberikan sumbangan informasi yang berguna bagi pelatih untuk mengembangkan metode-metode latihan yang bervariasi.

#### **b. Bagi Siswa**

- 1) Memberikan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan
- 2) Menjadi pendorong terhadap peserta untuk ikut secara aktif

c. Bagi Sekolah

- 1) Sebagai salah satu kunci pembinaan selanjutnya dalam ekstrakurikuler bolavoli
- 2) Sebagai dasar peningkatan kemampuan pada aspek yang lain dalam ekstrakurikuler bolavoli

2. Manfaat teoritik:

- a. Dapat memberikan bahan masukan terhadap pengembangan pemberian materi latihan ekstrakurikuler bolavoli di SMP N 2 Kretek Bantul.
- b. Menjadi landasan teori untuk penelitian sejenis untuk mengukur kemampuan teknik *passing* atas.

## **BAB II KAJIAN TEORI**

### **A. Deskripsi Teori**

#### **1. Pengertian Pengaruh**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005: 849) pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang atau benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan atau perbuatan seseorang. Sedangkan menurut Surakhmad (1982: 7) menyatakan bahwa pengaruh adalah kekuatan yang muncul dari suatu benda dan orang atau gejala dalam yang dapat memberikan perubahan terhadap apa-apa yang ada di sekelilingnya. Dari pengertian di atas dapat di simpulkan bahwa pengaruh adalah suatu keadaan ada hubungan timbal balik, atau hubungan sebab akibat antara apa yang mempengaruhi dengan apa yang dipengaruhi. Dua hal ini adalah yang akan dihubungkan dan dicari apa ada hal yang menghubungkannya. Di sisi lain pengaruh adalah berupa daya yang bisa memicu sesuatu, menjadikan sesuatu berubah. Maka jika salah satu yang disebut pengaruh tersebut berubah, maka akan ada akibat yang akan ditimbulkan.

#### **2. Hakikat Bermain**

Bermain tidak mempunyai batas usia setiap manusia dalam umur yang berbeda pasti menyukai kegiatan bermain. Menurut Tedjasaputra MS (2001: 2) bermain adalah hal berkaitan dengan kegiatan yang memberikan efek kepuasan dalam prosesnya. Baik disadari maupun tidak aktivitas ini akan berjalan apabila dilakukan secara lepas tanpa beban. Hal ini dikarenakan kegiatan ini walaupun bersifat fisik tetapi dampaknya sangat berpengaruh

pada hal psikis. Psikis yang terpuaskan akan sejalan dengan harapan bahwa proses transformasi nilai berjalan sempurna. Bermain adalah kegiatan yang menyenangkan dan melalui aspek fisik, mental dan emosional menurut Yudha M. Saputra (2001: 6).

Menurut penjabaran dari Sukintaka (1992: 76) yang dimaksud dengan bermain adalah kegiatan yang sangat disenangi oleh anak. Sama halnya dengan karakteristik dari siswa SMP yang masih dominan kegiatannya adalah bersosialisasi dengan banyak teman. Secara psikologis beban mereka tidak menitikberatkan pada aspek hasil tapi masih dalam aspek proses.

Menurut Sukintaka (1998: 9) menyatakan bermain adalah aktifitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela dan bersungguh-sungguh untuk memperoleh rasa senang dari melakukan aktifitas tersebut. Aktifitas jasmani adalah gerak manusia itu sendiri yang berarti salah satu tanda adanya gerak/aktivitas jasmani seperti: jalan, lari, lempar, lompat, berguling, memanjat, merangkak, menendang, memukul, dan lainnya. Anak dapat beraktifitas jasmani dipastikan sudah melalui aktifitas rohani. Sukarela mempunyai arti bahwa dalam bermain anak melakukan aktifitasnya dengan menaati peraturan tanpa adanya paksaan dari siapapun, karena aturan yang mereka gunakan dalam bermain adalah merupakan kesepakatan mereka bersama.

Dari beberapa ahli dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan kegiatan yang melibatkan segala aspek fisik, psikis dan emosional melalui kegiatan yang dilakukan pada batas tempat dan waktu.



### 3. Hakikat Metode Bermain

Metode berasal dari Bahasa Yunani “Methodos” yang berarti cara atau jalan yang ditempuh. Sehubungan dengan upaya ilmiah, maka metode menyangkut masalah cara kerja untuk dapat memahami objek yang menjadi sasaran ilmu yang bersangkutan. Fungsi metode berarti sebagai alat untuk mencapai tujuan. Metode diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu (Sugiyono, 2013: 3).

Penyampaian materi serta tugas gerak untuk anak didik harus memunculkan rasa senang dan kegembiraan bagi anak. Hal ini diungkapkan oleh Sukintaka (1992: 1) bahwa rasa senang pada siswa merupakan modal utama untuk menimbulkan situasi yang kondusif untuk melaksanakan pendidikan atau proses pembelajaran pembelajaran gerak.

Salah satu cara untuk memunculkan rasa senang dan kegembiraan bagi anak dalam penyampaian materi serta tugas gerak adalah dengan bermain. Menurut Sukintaka (1998: 89) bahwa bentuk penyajian bermain tidak hanya berpengaruh terhadap bermain tetapi dapat digunakan untuk latihan kekuatan otot, kelentukan, bahkan untuk latihan keterampilan motorik dan pembentukan pribadi anak.

Menurut Djoko Pekik (2002: 52) komponen latihan sering dipergunakan sebagai terminologi takaran latihan, seperti :

#### a. Frekuensi ( $F$ )

Frekuensi diartikan sebagai banyaknya unit latihan persatuan waktu, misalnya latihan untuk meningkatkan kebugaran pada kebanyakan

orang dilakukan 3-5 kali seminggu. Frekuensi latihan bagi olahragawan lebih banyak dibanding bahwa frekuensi untuk atlet muda (umur 13-14 tahun) adalah 2-4 kali/minggu, sedangkan untuk atlet yang berpengalaman bisa berlatih 6-7 kali/minggu dan memungkinkan latihan lebih dari satu sesi/hari.

b. Intensitas ( $I$ )

Intensitas latihan merupakan ukuran kualitas latihan meliputi % Kinerja maksimum ( Kg, meter/detik ), % detak jantung maksimal, % Vo2 max.

c. Waktu ( $T$ )

Durasi setiap kali latihan adalah 20-60 menit setiap kali sesi latihan. Dalam waktu tersebut dimaksudkan adalah pada saat peserta dalam kesiapan penuh menuju latihan inti. Maka penentuan latihan di dalam pelaksanaan ekstrakurikuler disesuaikan dengan acuan ini.

Menurut Djoko Pekik dalam Betut Sendra Wijaya (2013: 9) Jenis-jenis latihan dalam pelaksanaannya antara lain sebagai berikut :

a. Metode *Drill*

Metode *drill* merupakan metode yang lazim digunakan dalam setiap porsi latihan. Titik berat dalam latihan ini adalah pada beban latihan yang diberikan. Kemampuan yang relatif cepat. Akan tetapi kelemahannya bila diaplikasikan tidak tepat peserta ekstra akan cepat bosan.

b. Metode *Practise*

Metode ini merupakan metode penekanan proses langsung. Sehingga cocok untuk digunakan sebagai metode demonstrative pengenalan materi baru. Kelemahanya adalah tidak bisa dijalankan sebagai langkah kontinyuitas karena bersifat demonstratif.

c. Metode Bermain

metode ini merupakan metode dengan penekanan proses latihan yang menyenangkan. Sangat cocok untuk memberikan latihan pada tahap awal sebagai langkah pertama. Aplikasi terhadap peserta awal sangat cocok diberikan dengan mengedepankan aspek kemudahan dalam pelaksanaannya. Kelemahan dari metode ini adalah sebagai metode awal saja sehingga setelah dirasa kemampuan peserta sudah baik maka perlu diberikan variasi metode yang lain.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa metode bermain adalah metode yang didalamnya terdapat proses latihan yang menyenangkan dengan rasa senang inilah akan terbentuk situasi yang dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai tujuan berlatih dan melatih. Atas dasar pertimbangan kondisi dari peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP N 2 Kretek Bantul maka metode yang cocok sebagai tahap awal dari pemberian latihan adalah dengan cara menggunakan metode bermain.

#### **4. Hakikat Permainan Bolavoli**

##### **a. Permainan Bolavoli**

Permainan bolavoli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895, di kota Holyoke, dia seorang guru pendidikan jasmani pada Young Men Christian Association (YMCA). Pembelajaran bolavoli disamping dapat meningkatkan pengetahuan siswa juga dapat meningkatkan keterampilan. Permainan bolavoli sendiri merupakan jenis permainan yang menggunakan bola besar. Bolavoli adalah permainan diatas lapangan persegi empat yang lebarnya 900 cm dan panjangnya 1800 cm, dibatasi oleh garis-garis selebar 5cm. Ditengah-tengahnya dipasang jaring pada lebarnya 900 cm, terbentang kuat dan mendaki sampai pada ketinggian 243 cm dari bawa (khusus anak laki-laki) dan untuk anak perempuan kurang lebih 224 cm (Bonnie Robinson, 1997: 12).

##### **b. Teknik Permainan Bolavoli**

Dalam permainan bolavoli terdapat beberapa teknik dasar antara lain :

*Servis, passing, smash dan block* ((Nuril Ahmadi, 2007: 20) :

###### **1. *Servis***

Servis adalah pukulan bola yang dilakukan dari belakang garis akhir lapangan permian melampauai net daerah lawan, (Nuril Ahmadi, 2007: 20). Servis merupakan permulaan untuk memulai suatu permainan yang dilakukan dari daerah servis dibelakang lapangan dengan syarat melampaui rintangan jaring net ke daerah lawan.

## 2. *Passing*

Passing adalah seseorang pemain menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkan di lapangan sendiri (Nuril Ahmadi 2007: 22). Prinsip dasar permainan bolavoli yaitu upaya seseorang pemain bolavoli memainkan bola dengan tujuan diumpan dengan teman seregu atau dimaiankan di lapangan permainan sendiri.

Suharno (1981: 52) menyatakan, passing adalah usaha ataupun upaya seorang pemain bolavoli dalam dengan cara menggunakan teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimaiankan dilapangan sendiri.

### a. *Passing atas*

*Passing* atas adalah menyajikan bola atau membagikan bola (mengoper bola) dengan menggunakan jari-jari tangan, baik kepada kawan maupun langsung ditunjukkan kepada lawan melalui atas jaring. (Aip Syarifudin dan Muhadi, 190: 1992-1993).

Teknik adalah suatu proses melahirkan aktivitas jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang permainan bolavoli (Suharno, 1984: 11). Dalam permainan bolavoli penguasaan teknik yang tepat dapat mempengaruhi hasil, untuk mencapai hasil yang optimal teknik dasar merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan keberhasilan suatu gerakan yang baik.

*Passing* adalah upaya seorang pemain dengan menggunakan suatu teknik tertentu untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri (Nuril Ahmadi, 2007: 22). Teknik ini merupakan teknik dasar yang cukup sulit dan sangat sering dipergunakan dalam cabang permainan bolavoli. Penguasaan gerakan *passing* baik *passing* atas dan *passing* bawah, harus dimiliki oleh setiap peserta karena hal ini akan menentukan cara bermain siswa dalam olahraga bolavoli karena penerima *passing* yang baik awal dari kesempurnaan *smash* hingga menghasilkan poin.

Suharno (1981: 52) menyatakan yang dimaksud *passing* dalam permainan bolavoli adalah usaha ataupun upaya seorang pemain bolavoli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya di lapangan sendiri.

*Passing* atas atau *passing* tangan atas adalah cara pengambilan bola atau mengoper dari atas kepala dengan jari-jari tangan. Bola yang datang dari atas diambil dengan jari-jari tangan di atas, agak di depan kepala. *Passing* atas merupakan teknik dasar yang penting dalam permainan bolavoli, dalam suatu permainan, *passing* atas dapat digunakan untuk menyajikan bola kepada teman seregu yang selanjutnya diharapkan untuk dapat di *smash* menyerang ke lapangan lawan.

Suharno (1981: 52) menjelaskan tentang tahapan *passing* atas yaitu sikap permulaan, sikap saat perkenaan bola, sikap akhir.

a. Sikap permulaan

Pemain mengambil sikap siap normal. Dalam bermain bolavoli sikap siap ini adalah mengambil sikap tubuh sedemikian rupa sehingga memudahkan untuk secepatnya bergerak ke arah yang diinginkan. Secara keseluruhan tubuh harus dalam keadaan setimbang yang labil. Setimbang maksudnya agar koordinasi daripada tubuh tetap dapat terkuasai dan labil maksudnya agar tubuh itu dapat di gerakan ke berbagai arah yang dikehendaki dalam waktu singkat. Adapun sikap siap itu adalah sebagai berikut: pemain berdiri dengan salah satu kaki berada di depan kaki yang lain. Dianjurkan bila tidak kidal kaki kiri berada lebih ke depan dari kaki kanan. Lutut ditekuk, badan agak condong sedikit ke depan dengan tangan siap berada di depan dada.

Pada saat melakukan *passing*, maka segeralah menempatkan diri di bawah bola, dan tangan di angkat ke atas depan kira-kira setinggi dahi. Jari-jari diregangkan sedikit satu denganyang lain dan kedua ibu jari membentuk suatu sudut.

b. Sikap saat perkenaan bola

Perkenaan bola pada jari adalah di ruas pertama dan ke dua terutama ruas pertama dari ibu jari. Pada saat jari disentuhkan pada saat itu juga diikuti gerakan pergelangan, lengan ke arah depan atas agak eksplosif.



**Gambar 1. Sikap Tangan Saat Perkenaan Bola Pada Saat *Passing Atas*.**

**Sumber : Suharno HP (1981: 53)**

c. Sikap akhir

Setelah bola berhasil di *pass* maka lengan harus lurus sebagai suatu gerakan lanjutan diikuti dengan badan dan langkah kaki ke depan agar koordinasi tetap terjaga dengan baik. Gerakan tangan, pergelangan, lengan dan kaki harus merupakan satu gerakan yang harmonis, sedangkan pandangan ke arah jalanya bola.



**Gambar 2. Sikap Saat Perkenaan Bola *Passing Atas*.**

**Sumber : Suharno HP (1981: 54)**

Menurut Durrwacher (1986: 12), *passing atas* merupakan unsur terpenting dalam permainan bolavoli. Sebelum anak didik mampu melakukan proses gerak yang rumit, perlu perincian yang harus diperhatikan yaitu :



## 1. Bentuk dasar gerak

- a. Siap menunggu boal datang. Lutut agak ditekuk, sikap kaki seperti hendak melangkah dengan posisi selebar bahu, lengan bawah mendatar.
- b. Cepat menyongsong bola pada posisi tepat (di bawah dan agak di belakang arah gerak bola). Tangan terangkat dengan siku sikap yang wajar dan dengan jarak yang 'enak'. Kaki kembali pada posisi melangkah, agak melebar. Tubuh bertumpu pada kedua kaki secara merata.
- c. Sebelum menyentuh bola, posisi agak berjongkok. Gerakan tangan menyongsong bola berlangsung serentak dengan tekukan lutut.
- d. Tungkai diluruskan pada saat menentukan. Tungkai diluruuskan dengan cepat, begitu pula lengan untuk menyongsong bola.
- e. Bola dipantulkan tanpa dipegang. Jari-jari tangan menyentuh bola, sedikit di atas kepala.
- f. Gerakan longgar mengikuti bola. Tungkai, tubuh dan lengan terentang mengikuti arah bola yang sudah dipantulkan. Tangan dan jari tidak boleh kaku.

## 2. Sikap tangan dan jari

Kedua tangan terangkat seakan-akan hendak menangkap bola. Tetapi apabila dalam menangkap kecepatan bola ditahan dengan jalan menarik tangan sedikit kebawah lalu kemudian bola

dilempar lagi dengan cara mendorong tangan ke atas, pada *passing* atas kedua proses ini berbaur dalam suatu gerakan tunggal yang sangat cepat. Tetapi bola tidak boleh ditepuk dengan keras, sehingga memantul seperti apabila mengenai dinding tembok. Karena itu di samping pengaturan sikap jari dan tangan yang baik, otot sebelumnya juga sudah menegang, sehingga bola bisa terpantul kembali dengan elastis.

Pembebanan yang terjadi pada saat menyentuh bola mengalami tambahan oleh gerak rentangan seluruh tubuh yang arahnya berlawanan dengan arah gerak bola yang datang. Gerak tubuh merentang itu, sebelum bola tersentuh sudah mendorong tangan dengan arah yang tepat serta berentang ke arah *passing* yang hendak dilakukan. Gerak rentangan itu menyebabkan tepatnya dan jauhnya *passing* atas.

a. Tangan ditekuk ke belakang dan sedikit ke sebelah dalam.

Punggung tangan dan lengan bawah harus membentuk sudut hampir 90°. Ujung jari-jari ke dua tangan saling dihadapkan, tetapi tanpa menyebabkan siku kedua lengan terpisah terlalu jauh.

b. Jari dan telapak tangan membuat bentuk mangkok. Jari tangan terbuka secara wajar dan agak dibengkokkan. Jempol ditarik ke belakang sehingga terletak sebidang dengan jari-jari lain.

Posisi jempol yang biasa, yaitu berhadapan dengan telunjuk, tidak baik pada saat hendak melakukan passing tas. Telapak tangan tidak boleh menyentuh bola.

b. *Passing* bawah

*Passing* bawah adalah mengambil bola yang berada dibawah badan atau bola dari bawah dan biasanya dilakukan dengan kedua lengan bagian bawah (dari sikut sampai pergelangan tangan yang dirapatkan), baik untuk dioperkan ke kawan, maupun langsung ke lapangan lawan melalui di atas jaring (Aip Syarifudin dan Muhadi, 189: 1992-1993).

3. *Smash*

*Smash* adalah suatu bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai oleh suatu tim. Smash adalah pukulan yang keras dari atas ke bawah, jalanya bola menukik (Nuril Ahmadi, 2007: 31).

4. *Block*

*Block* merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan lawan. Block dapat dilakukan dengan pergerakan tangan aktif (saat melakukan block tangan digerakan ke kanan maupun ke kiri) atau juga pasif (tangan pemain hanya dijulurkan ke atas tanpa digerakan). Block dapat dilakukan oleh suatu, dua atau tiga pemain (Nuril Ahmadi, 2007: 30).

## **5. Hakikat Ekstrakurikuler**

Menurut Depdiknas (2004: 1) dalam Tri Ani Hastuti (2008: 63) ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimis pelajaran yang terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar.

Kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dilaksanakan untuk menyalurkan dan mengembangkan bakat dan minat siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler tersebut siswa memperoleh manfaat dan nilai-nilai yang terkandung dalam kegiatan yang di ikutinya.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan kegiatan pembelajaran yang dilakukan di luar jam pembelajaran olahraga dan dilaksanakan di sekolah untuk lebih memperluas wawasan atau kemampun, peningkatan penerapan dan nilai pengetahuan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran khususnya mata pelajaran penjas (Depdikbud, 1994: 3).

Adapun definisi kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar pelajaran tatap muka, dilaksanakan di sekolah agar lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran dalam kurikulum (Depdikbud,1994: 6).

Rumusan tentang pengertian ekstrakurikuler juga terdapat dalam SK Drijen Dikdasmen Nomor 226/C/1992 dalam Tri Ani Hastuti (2008: 64) kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah maupun di luar sekolah, dengan tujuan untuk memperdalam pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.

Dapat disimpulkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran sekolah yang bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan bakat siswa dalam bidang tertentu.

Selain itu juga akan membantu siswa untuk lebih memahami mengenai suatu hal yang tidak dapat di mengerti pada saat jam sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Kretek Bantul memang beragam, namun peneliti hanya fokus pada ekstrakurikuler bolavoli saja. Di SMP Negeri 2 Kretek Bantul ekstrakurikuler bolavoli dilaksanakan pukul 14.30 WIB sampai dengan 16.00 WIB di Lapangan SMP Negeri 2 Kretek. Dalam ekstrakurikuler bolavoli di SMP Negeri 2 Kretek, didampingi oleh salah satu guru ekstra olahraga di SMP Negeri 2 Kretek itu sendiri. Program latihan atau teknik pelatihan yang digunakan pembinaan yaitu latihan fisik, kemudian pelaksanaan praktek secara langsung di lapangan terkait dengan teknik dasar yang arahnya menuju ke permainan sebenarnya. Pelatih juga memberikan latihan tanding dengan tujuan sebagai tolok ukur kemampuan masing-masing pemain, mengatasi kejenuhan, dan bisa juga sebagai stimulasi pertandingan

sesungguhnya. Sistem penilaian ekstrakurikuler yaitu berdasarkan hasil perkembangan selama latihan kemudian di ubah menjadi nilai berupa huruf, lalu dimasukan ke dalam daftar nilai raport siswa di akhir semester.

#### **6. Karakteristik Siswa SMP Negeri 2 Kretek Bantul**

Karakteristik merupakan ciri khas dari suatu benda, akan tetapi karakteristik setiap benda berbeda-beda. Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat dipengaruhi oleh karakteristik. Siswa sekolah menengah pertama rata-rata usianya berkisar pada 13-15 tahun. Menurut Abin Syamsudin Makmun (2001: 130) pada tahap remaja awal rentang usia antara 11-13 sampai 14-15 tahun. Dari pernyataan tersebut maka siswa sekolah menengah pertama tergolong dalam kategori tahap remaja awal karena rata-rata usia siswa sekolah menengah pertama berada pada tahap tersebut. Diusia 13-15 tahun ini merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan.

Harlod Alberty dalam Abin Syamsudin Makmun ( 2001: 57) Remaja didefinisikan sebagai suatu periode dalam perkembangan yang dijalani seseorang yang suatu periode dalam perkembangan yang dijalani seseorang yang terbentang semenjak berakhirnya masa kanak-kanak sampai datangnya awal masa dewasanya. Siswa sekolah menengah pertama termasuk pada tahap remaja awal, kemudian Abin Syamsudin Makmun (2001: 132) menjelaskan atau memaparkan profil remaja awal sebagai berikut:

1. Fisik dan Perilaku Motorik
  - a. Laju perkembangan secara umum sangat pesat.
  - b. Proporsi ukuran tinggi dan berat badan sering kurang seimbang.
  - c. Munculnya ciri-ciri sekunder seperti tumbuh bulu.
  - d. Gerak gerik nampak canggung dan kurang terkoordinasi.
  - e. Aktif dalam berbagai jenis cabang permainan olahraga.
2. Bahasa dan Perilaku Kognitif
  - a. Perkembangan penggunaan bahasa sandi dan mulai tertarik dengan bahasa asing.
  - b. Menggemari literatur yang bernafaskan dan mengandung segi erotik dan fantastik.
  - c. Pengamatan dan tanggapannya masih bersifat realisme kritis.
  - d. Proses berfikir sudah mampu mengoperasikan kaidah logika formal kecakapan dasar intelektual umumnya menjalani laju perkembangannya.
  - e. Kecakapan dasar khusus bakat mulai nampak jelas.
3. Perilaku Sosial Moral dan Religius
  - a. Ketergantungan yang kuat dengan kelompok sebaya (group).
  - b. Keinginan bebas dari dominasi orang dewasa.
  - c. Mengidentifikasi dirinya dengan tokoh idola.
  - d. Mencari pegangan hidup
  - e. Penghayatan kehidupan keragaman sehari-hari didasarkan atas pertimbangan dari luar.
4. Perilaku Afektif, Konatif, dan Kepribadian
  - a. Lima kebutuhan (fisik, rasa aman, afiliasi, penghargaan, dan perwujudan diri mulai tampak).
  - b. Reaksi emosional mulai berubah-ubah.
  - c. Kecenderungan arah sikap mulai nampak.
  - d. Menghadapi masa kritis identitas diri.

Peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 2 Kretek Bantul berada pada usia remaja berkisar pada 13-15 tahun. Berdasarkan uraian di atas tentunya peserta ekstrakurikuler bolavoli SMP Negeri 2 Kretek Bantul memiliki profil remaja pada umumnya. Pada tahapan remaja awal ini meliputi perkembangan fisik/motorik, perkembangan perilaku kognitif, perkembangan perilaku sosial moral/religius dan perilaku afektif, konatif serta kepribadian. Perkembangan psikis dominan dalam usia ini, dimana sudah masuk pada masa pubertas dan kecenderungan melakukan kegiatan kelompok baik positif maupun negatif.

## B. Penelitian yang relevan

1. Penelitian yang diteliti oleh Purwanto (NIM 08601247045) tahun 2010 dengan judul pengaruh pembelajaran dengan model bermain terhadap kemampuan *passing* siswa kelas atas dalam bermain bola voli di SMP Negeri 3 Glagah, Temon , Kulon Progo. Hasil penelitiannya yaitu hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan dalam pembelajaran permainan bola voli dengan model bermain terhadap kemampuan *passing* siswa kelas atas dalam bermain bola voli di SMP Negeri 3 Glagah, Temon , Kulon Progo, dengan nilai t hitung sebesar 7,050 dan tabel sebesar 1,678.
2. Penelitian yang diteliti oleh Sigit Ari Wahyudi (NIM 06601244169) tahun 2011 dengan judul pengaruh pembelajaran bola voli dengan menggunakan modifikasi bola karet terhadap peningkatan penguasaan teknik passing bawah pada siswa SMP N 1 Wotbakah Kecamatan Japah Kabupaten Blora. Hasil penelitian pada siswa putri memperoleh t hitung sebesar 2,794 dan t tabel sebesar 1,860. Pada siswa putra di peroleh t hitung sebesar 12,486 dan t tabel sebesar 1,860 karena t hitung lebih besar dari t tabel maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pembelajaran bola voli dengan menggunakan modifikasi dengan menggunakan modifikasi bola karet terhadap peningkatan penguasaan teknik *passing* bawah pada siswa SMP N 1 Wotbakah Kecamatan Japah Blora.



### C. Kerangka Berpikir

Pemberian latihan teknik dan fisik yang baik dapat dicapai melalui latihan yang terprogram dan teratur. Kemampuan teknik yang baik dihasilkan dari latihan gerak dasar yang baik serta kemampuan fisik yang baik akan diperoleh dengan latihan yang benar. Kemampuan *Passing* atas harus dikuasai oleh seorang pemain bolavoli karena teknik tersebut berperan penting dalam menentukan keberhasilan suatu serangan serta merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli.

Dalam melakukan *Passing* atas, harus didukung dengan penguasaan teknik yang baik, dari sikap permulaan, perkenaan, dan sikap akhir. Dengan metode bermain akan dapat memaksimalkan kemampuan dalam melakukan *passing* atas.

Pada penelitian ini peneliti hendak meneliti “pengaruh metode bermain terhadap kemampuan *passing* atas bolavoli peserta ekstrakurikuler di SMP N 2 Kretek Bantul”.

Metode bermain merupakan asumsi dari penelitian untuk diadaptasikan untuk latihan teknik *passing* atas. Dilihat dari bentuk permainan diperkirakan dapat memberikan pengaruh terhadap *passing* atas.

#### **D. Hipotesis**

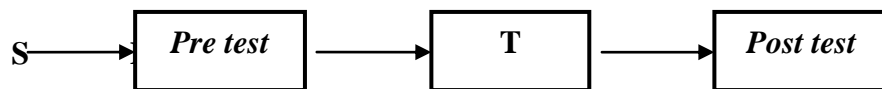
Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 64) “Hipotesis penelitian dapat diartikan sebagai jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul”. Berdasarkan deskripsi teori dan kerangka berpikir di atas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Ha : Ada pengaruh metode bermain terhadap kemampuan *passing* atas bolavoli peserta ekstrakurikuler SMP N 2 Kretek Bantul.

### **BAB III METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu/ tidak murni, untuk mengetahui pengaruh dari suatu perlakuan dalam suatu kelompok, karena penelitian yang dilakukan adalah untuk mengetahui peningkatan kemampuan passing atas melalui metode bermain. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pre test – post test design*, (Suharsimi Arikunto, 2002: 279). Adapun desain dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



**Gambar 3. Desain Penelitian**

Keterangan :

S : Subjek penelitian (peserta ekstrakurikuler bolavoli)

*Pre test* : Test awal sebelum subyek mendapatkan perlakuan (treatment).

T : Perlakuan (treatment) dengan diberi perlakuan (treatment)

*Post test* : Tes terakhir dilakukan setelah subyek mendapat perlakuan eksperimen

## **B. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan atas sifat-sifat hal yang didefinisikan yang dapat diamati. Definisi operasional dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

### **1. Variabel Bebas**

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah metode bermain yang didalamnya terdapat proses latihan yang menyenangkan dengan rasa senang inilah akan terbentuk situasi yang dapat digunakan sebagai wahana untuk mencapai tujuan berlatih dan melatih.

### **2. Variabel Terikat**

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *passing* atas untuk menyajikan bola atau membagikan bola (mengoper bola) dengan menggunakan jari-jari tangan, baik kepada kawan maupun langsung ditunjukkan kepada lawan melalui atas jaring.

## **C. Populasi dan Sampel Penelitian**

Menurut Suharsimi Arikunto (2010:173), populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Dengan demikian populasi adalah keseluruhan objek yang akan diteliti baik berupa benda, manusia, peristiwa ataupun gejala yang akan terjadi.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan (Sugiyono, 2010: 117). Dalam penelitian ini, populasi yang akan diteliti adalah siswa peserta

ekstrakurikuler bolavoli SMP N 2 Kretek Bantul yang berjumlah 15 siswa yang berusia 13-15 tahun. Sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi karena menggunakan seluruh populasi yang ada, tanpa ada pengambilan sampel.

#### **D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

##### **1. Instrumen Penelitian**

Menurut Suharsimi Arikunto (2002: 126) yang dimaksud dengan instrumen adalah alat pada waktu penelitian dengan menggunakan suatu metode pengumpulan data. Instrumen merupakan alat bantu yang dipilih dan digunakan peneliti agar kegiatan tersebut menjadi sistematis. Instrumen dalam penelitian ini adalah dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes keterampilan bola voli usia 13-15 tahun. Unsur penelitian tes kemampuan yang mengacu teknik dasar permainan bolavoli oleh Depdiknas (1999: 9-10). Tes keterampilan bola voli usia 13-15 tahun yaitu alat ukur yang digunakan untuk mengetes tingkat keterampilan bagi usia 13-15 tahun dengan bagian-bagian yang sudah ditentukan mulai dari passing atas, passing bawah, servis bawah, servis atas, dan smash. Tes yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tes passing atas usia 13-15 tahun dengan berpedoman pada tes keterampilan bola voli usia 13-15 tahun.

##### **2. Teknik Pengumpulan Data**

Menurut Iqbal Hasan (2004: 19) yang dimaksud dengan data adalah suatu keterangan-keterangan tentang suatu hal yang dapat berupa sesuatu yang diketahui atau yang dianggap atau anggapan. Sedangkan pengumpulan

data dimaksud sebagai pencatatan peristiwa atau karakteristik dari sebagian atau seluruh elemen populasi penelitian (Iqbal Hasan, 2004: 23). Pengumpulan data dilakukan pada saat ekstrakurikuler. Program latihan dilakukan tiga kali dalam satu minggu selama 16 kali pertemuan yaitu hari Selasa, Kamis, Sabtu, mulai pukul 14.30-16.00 WIB. Dalam pengambilan data tersebut sebelum mendapatkan perlakuan peserta harus melakukan *pre test* dahulu kemudian diberikan perlakuan dan di akhir akan diadakan *post test*.

#### E. Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji persyaratan terhadap data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu dalam hal analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu dalam penelitian ini akan dihitung normalitasnya.

##### 1. Uji Persyaratan Analisis

###### a. Perhitungan Normalitas

Perhitungan normalitas sampel adalah pengujian terhadap normal tidaknya data yang dianalisis. Pengujian normalitas sebaran data menggunakan *Chi kuadrat* (Suharsimi Arikunto, 2010: 333)

$$\chi^2 = \frac{(f_o - f_h)^2}{f_h}$$

Keterangan :

$\chi^2$  = *Chi Kuadrat*

$f_o$  = Frekuensi yang diobservasi

$f_h$  = Frekuensi yang dihitung

Kidash yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah jika  $\chi^2$  hitung  $< \chi^2$  tabel, maka normal dan jika  $\chi^2$  hitung  $> \chi^2$  tabel sebaran dikatakan tidak normal.

b. Perhitungan Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan variasi atau menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen. Kriteria pengambilan keputusan diterima apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan  $> 0,05$ )

c. Perhitungan Uji-t

Teknik analisis data untuk menganalisis data eksperimen dengan model *pretest-posttest design* adalah dengan rumus uji-t (t-test).

Untuk menguji hipotesis menggunakan uji t yaitu:

$$t = \frac{Md}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}} \text{ (Arikunto, 2010: 349)}$$

Dengan keterangan :

Md = mean dari perbedaan pre test dengan post test  
 xd = deviasi masing-masing subjek  
 $\sum x^2 d$  = jumlah kuadrat deviasi  
 N = Subjek pada sampel  
 d.b. = ditentukan dengan N-1

Hasil  $t_{hitung}$  dikonsultasikan dengan  $t_{tabel}$  dengan taraf signifikan 5% dan db = N-1. Kriteria pengujian  $H_0$  diterima jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$ . Untuk harga lainnya  $H_0$  ditolak.

d. Perhitungan Prosentase Peningkatan

Perhitungan prosentase peningkatan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar signifikasi perubahan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul melalui metode bermain, maka dihitung dengan :

$$\begin{aligned}\text{Prosentase peningkatan} &= \frac{\text{Mean different}}{\text{Mean pretest}} \times 100\% \\ &= \frac{4,4}{42,40} \times 100\%\end{aligned}$$



## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Deskripsi Tempat, Waktu, dan Subjek Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Tempat penelitian dilaksanakan di SMP N 2 Kretek Bantul yang beralamat di Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Frekuensi latihannya adalah tiga kali dalam seminggu yaitu setiap hari Senin, Rabu, dan Sabtu mulai pukul 14.30-16.00 WIB. Tempat pelaksanaan latihan di lapangan bolavoli SMP N 2 Kretek Bantul dari tanggal 27 Februari sampai dengan 6 April 2016.

##### **2. Waktu Penelitian**

Pelaksanaan *pretest* dilakukan pada tanggal 27 Februari 2016 dan *posttest* pada tanggal 6 April 2016. Proses latihan dilaksanakan pada tanggal 29 Februari 2016 sampai dengan 4 April 2016. Perlakuan (*treatment*) yang diberikan kepada subjek adalah sebanyak 16 kali pertemuan dengan frekuensi 3 kali dalam satu minggu. Menurut Tjalik Soegiardo (1991: 25) dengan berlatih selama 16 kali sudah bisa dikatakan terlatih, sebab sudah ada perubahan yang menetap. Adapun hari untuk melaksanakan perlakuan (*treatment*) yaitu hari Senin, Rabu, dan Sabtu mulai pukul 14.30-16.00 WIB.

##### **3. Subjek Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul dengan jumlah populasi 15 siswa

yang memiliki karakteristik sama. Semua populasi dijadikan sampel karena jumlahnya relatif sedikit. Sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi karena menggunakan seluruh populasi yang ada, tanpa ada pengambilan sampel.

## B. Hasil Penelitian

Deskripsi data penelitian yang akan disajikan merupakan data yang diperoleh dari hasil tes keterampilan *passing* atas usia 13-15 tahun yang diikuti oleh peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul sebanyak 15 orang. *Pretest* dan *posttest* dilakukan sebanyak 1 kali percobaan.

**Tabel.1** Data Penelitian *Pretest* dan *Posttest*

Subjek	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1.	25	29
2.	37	40
3.	46	49
4.	45	53
5.	43	48
6.	47	49
7.	35	38
8.	37	42
9.	44	50
10.	42	47
11.	41	44
12.	49	52
13.	38	41
14.	51	56
15.	53	61

### 1. Data Hasil *Pretest* dan *Posttest Passing Atas*

Hasil penelitian tersebut dideskripsikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut, untuk hasil *pretest* nilai minimum = 25, nilai maksimal = 53, rata-rata = 42,20, dan standar deviasi = 7,12.

Sedangkan untuk hasil *posttest* nilai minimum = 29, nilai maksimal = 61, rata-rata = 46,60, dan standar deviasi = 7,91. Hasil dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 2.** Deskriptif Statistik *Passing Atas*

<i>Statistik</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
<b>N</b>	15	15
<i>Mean</i>	42,20	46,60
<i>Median</i>	43	48
<i>Mode</i>	37	49
<i>SD</i>	7,12	7,91
<i>Minimum</i>	25	29
<i>Maximum</i>	53	61

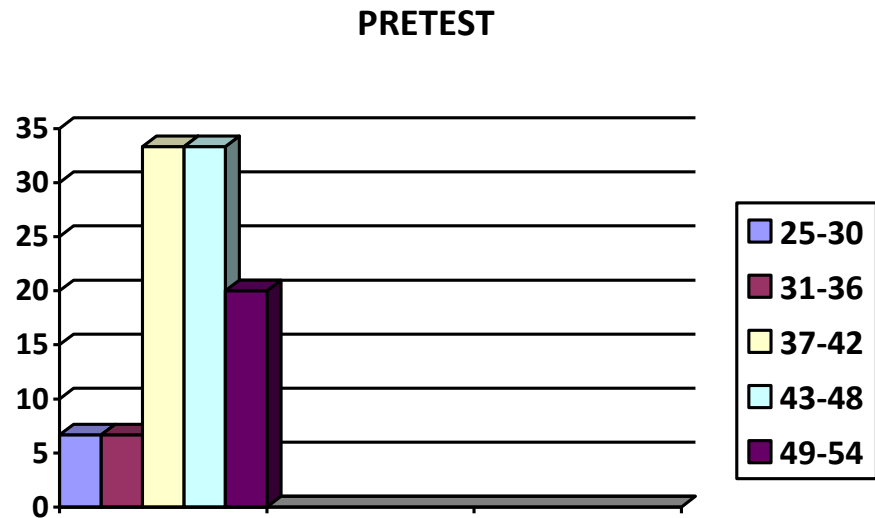
**a. Data Hasil *Pretest***

Sebelum siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul mendapatkan *treatment*, peserta terlebih dahulu mengikuti *pretest* dengan tes keterampilan *passing atas* usia 13-15 tahun. Tes ini bertujuan untuk mengukur kemampuan melakukan *passing atas* sebelum mendapatkan *treatment*. Adapun hasil *pretest* adalah sebagai berikut: jumlah peserta = 15, nilai maksimum = 53, nilai minimum = 25, mean = 42,20, median = 43, modus = 37, dan standar deviasi = 7,12. Selanjutnya data disajikan dalam distribusi frekuensi berikut :

**Tabel.3** Deskripsi Hasil *Pretest*

No	Kelas Interval	Frekuensi	Relatif (%)
1.	25-30	1	6.67 %
2.	31-36	1	6.67 %
3.	37-42	5	33.33 %
4.	43-48	5	33.33 %
5.	49-54	3	20 %
<b>JUMLAH</b>		<b>15</b>	<b>100 %</b>

Histogram data *pretest* adalah sebagai berikut :



**Gambar 5.** Histogram *Pretest Passing Atas*

**b. Data Hasil *Posttest***

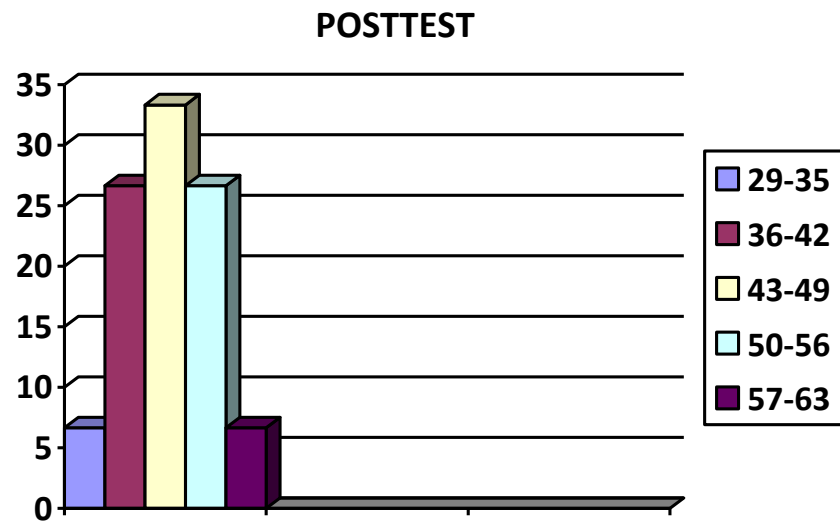
Setelah siswa peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul mendapatkan *treatment* menggunakan metode bermain dengan 6 jenis permainan, dimana setiap permainan dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan dan pertemuan selanjutnya digunakan untuk bermain bolavoli yang sesungguhnya. Sehingga perlakuan secara keseluruhan dengan 6 jenis permainan dan bermain bolavoli yang sesungguhnya tersebut adalah sebanyak 16 kali. Setelah perlakuan selama 16 kali dilaksanakan, selanjutnya dilakukan *posttest*. Tes ini bertujuan untuk mengukur kemampuan melakukan *passing* atas setelah mendapatkan *treatment*. Hasil *posttest* adalah sebagai berikut : jumlah peserta = 15, nilai maksimum = 61, nilai minimum = 29, mean = 46,60, median = 48,

modus = 49, dan standar deviasi = 7,91. Selanjutnya data disajikan dalam distribusi frekuensi berikut ini :

**Tabel 4.** Deskripsi Hasil *Posttest*

No	Kelas Interval	Frekuensi	Relatif (%)
1.	29-35	1	6.66 %
2.	36-42	4	26.67 %
3.	43-49	5	33.33 %
4.	50-56	4	26.67 %
5.	57-63	1	6.66 %
<b>JUMLAH</b>		<b>15</b>	<b>100 %</b>

Histogram data *posttest* adalah sebagai berikut :



**Gambar 6.** Histogram *Posttest* Passing Atas

## 2. Uji Prasyarat Analisis

Sebelum dilakukan analisis data, terlebih dahulu dilakukan analisis prasyarat. Analisis prasyarat menggunakan uji normalitas *Chi Kuadrat* dan uji homogenitas. Hasil uji prasyarat analisis disajikan sebagai berikut :

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini digunakan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas variabel dibaca menggunakan *Chi Kuadrat*. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal tidaknya suatu sebaran adalah jika  $\chi^2$  hitung <  $\chi^2$  tabel, maka normal dan jika  $\chi^2$  hitung >  $\chi^2$  tabel sebaran dikatakan tidak normal.

Setelah dilakukan perhitungan uji normalitas *Chi Kuadrat* dari data *pretest* dan *posttest*, diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel 5.** Data Hasil Uji Normalitas *Chi Kuadrat*

Variabel	<i>Chi Kuadrat (<math>\chi^2</math>)</i>				Ket.
	$\chi^2$ hit	$\chi^2$ tab	df	Sig.	
<i>Pretest- Posttest</i>	0,867	22,362	13	1,000	Normal
	0,867	22,362	13	1,000	

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa kedua kelompok memiliki  $\chi^2$  hitung lebih kecil dari  $\chi^2$  tabel ( $\chi^2$  hit <  $\chi^2$  tab), maka kedua kelompok data tersebut berdistribusi normal.

#### b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kesamaan variasi atau menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen. Kriteria pengambilan keputusan diterima apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan > 0,05). Hasil Uji homogenitas adalah sebagai berikut :

**Tabel 6.** Data Hasil Uji Homogenitas

Variabel	Uji Homogenitas			Ket.
	F hit	F tab	dk	
<i>Pretest-Posttest</i>	1,11	2,48	14	Homogen

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa F hitung lebih kecil dari F tabel (  $F_{hit} < F_{tab}$  ) yaitu F hitung = 1,11 dan F tabel = 2,48, maka varian yang digunakan adalah homogen.

### 3. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul melalui metode bermain. Analisis data yang digunakan untuk membandingkan hasil *pretest* dan *posttest* dalam penelitian ini adalah dengan uji t-test untuk sampel sejenis.

Pengambilan keputusan juga dapat diketahui dengan membandingkan hasil dari t hitung dengan t tabel, yaitu jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  pada taraf signifikan 5% dapat ditarik kesimpulan bahwa ada peningkatan yang signifikan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul setelah diberi *treatment* melalui metode bermain. Sebaliknya jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$  pada taraf signifikan 5%, dapat ditarik kesimpulan bahwa tidak ada peningkatan yang signifikan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul setelah diberi *treatment* melalui metode bermain.

Adapun hipotesis yang diuji kebenarannya dalam penelitian ini adalah :

$H_a$  : Ada peningkatan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul melalui metode bermain.

**Tabel. 7** Data Hasil Uji-t

Variabel	Uji-t				Ket.
	t hit	t tab	df	Sig.	
<i>Posttest-Pretest</i>	9,242	1,761	14	0.000	Signifikan

Hasil uji-t diperoleh nilai t hitung sebesar 9,242 dan nilai t tabel pada dk (0.05)(14) sebesar 1,761. Oleh karena itu, diketahui nilai t hitung lebih besar dari t tabel ( $9,242 > 1,761$ ), maka dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul melalui metode bermain atau dengan kata lain hipotesis diterima.

#### 4. Perhitungan Prosentase Peningkatan

Perhitungan prosentase peningkatan bertujuan untuk mengetahui seberapa besar signifikasi perubahan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul melalui metode bermain, maka dihitung dengan :

$$\begin{aligned}
 \text{Prosentase peningkatan} &= \frac{\text{Mean different}}{\text{Mean pretest}} \times 100\% \\
 &= \frac{4,4}{42,40} \times 100 \% \\
 &= 10,43 \%
 \end{aligned}$$



**Tabel 8.** Data Hasil Perhitungan Prosentase Peningkatan *Pretest-Posttest*

<b>Variabel</b>	<b>Mean</b>	<b>Mean Different</b>	<b>Prosentase Peningkatan</b>
<i>Pretest-Posttest</i>	42,20	4,40	10,43 %
	46,60		

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa rata-rata *pretest* = 42,20 dan rata-rata *posttest* = 46,60. Hasil ini menunjukkan bahwa kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul setelah berlatih melalui metode bermain meningkat sebesar 4,40 atau sebesar 10,43 %. Dalam hal ini dapat diketahui pengaruh yang diberikan dari pembelajaran melalui metode bermain terhadap kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Bantul sebesar 10,43 %

### C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh metode bermain terhadap kemampuan teknik dasar *passing* atas, jika diberikan dalam bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 2 Kretek Bantul. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan nilai  $t$  hitung lebih besar dari nilai  $t$  tabel ( $t$  hitung  $>$   $t$  tabel) terdapat perbedaan yang signifikan hasil tes *passing* atas bolavoli antara saat *pre test* dan *post test*, yang berarti bahwa adanya pengaruh metode bermain terhadap kemampuan teknik dasar *passing* atas setelah diberikan dalam bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 2 Kretek Bantul.

Teknik dasar *passing* atas bolavoli merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bolavoli. Dalam melakukan teknik *passing* atas bolavoli, hal terpenting adalah keakuratan yang dapat dicapai oleh siswa karena tujuan dari *passing* atas adalah untuk memberikan umpan kepada teman ataupun mengecoh lawan dengan menempatkan bola di posisi yang kosong. Latihan teknik dasar *passing* Latihan teknik dasar *passing* atas bolavoli dengan bentuk bermain mempunyai maksud untuk membiasakan siswa melakukan gerakan teknik *passing* atas, sehingga secara tidak langsung gerakan siswa semakin lama semakin benar karena sering melakukan dan merasakan dimana perkenaan gerakan teknik dasar *passing* atas yang benar.

Ketepatan *passing* atas yang dicapai juga dipengaruhi oleh kekuatan otot seseorang, sehingga dengan latihan bentuk bermain ini diharapkan mampu merangsang kekuatan otot siswa agar semakin meningkat, sehingga dalam melakukan teknik dasar *passing* atas pemain mampu mengontrol kekuatan otot lengannya dan memperkirakan bola itu tepat pada sasaran baik ketika memberikan umpan kepada teman ataupun menempatkan bola di lapangan lawan yang kosong.

Pembelajaran bolaboli dengan bentuk bermain ini dimaksudkan untuk merangsang siswa melakukan gerakan teknik *passing* atas secara gembira. Hal ini dikarenakan pada anak usia SMP, meskipun sudah beranjak dewasa, namun masih punya sisi anak-anak yang mempunyai karakteristik gemar bermain. Hasil penelitian ini telah membuktikan bahwa dengan metode bermain mampu meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atas bolavoli siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 2 Kretek Bantul. Pembelajaran tes *passing* atas bolavoli ini memberikan wahana bagi pembentukan ketrampilan gerak dasar, khususnya gerak dasar teknik *passing* atas pada permainan bolavoli. Para siswa biasanya terangsang untuk mencobanya dengan cara bermain dalam suasana yang menggembirakan. Sepanjang menyangkut teknik dasar *passing* atas bolavoli, bentuk pembelajarannya ada bermacam-macam, yang tujuan gerak ini memberikan pengalaman dan membiasakan *passing* atas. Pembelajaran teknik *passing* atas bolavoli dengan bentuk bermain ternyata mampu meningkatkan hasil tes

*passing* atas bolavoli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolavoli SMP N 2 Kretek Bantul, yaitu sebesar 10,43% dari sebelumnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode bermain dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atas pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 2 Kretek Bantul yaitu sebesar 10,43%. Hal ini menunjukkan bahwa metode bermain mempunyai efektivitas yang cukup besar terhadap hasil latihan teknik dasar *passing* atas bolavoli. Memperhatikan besarnya peningkatan persentase tersebut, dapat disimpulkan bahwa latihan teknik dasar *passing* atas bolavoli dengan bentuk bermain mempunyai peningkatan yang signifikan terhadap hasil teknik dasar *passing* atas bolavoli. Dengan pembelajaran metode bermain, siswa tidak sadar jika siswa membiasakan diri untuk melakukan *passing* secara berulang-ulang.

Dengan keadaan ini siswa juga tidak sadar jika kemampuan *passing*nya semakin hari semakin baik, hal ini dikarenakan siswa merasa senang bermain, sehingga tidak memperdulikan atau memikirkan *passing* yang benar, namun dengan keterbiasaan melakukan gerakan *passing* atas, maka secara tidak sadar gerakan siswa semakin baik dan hasil *passing* siswa juga semakin baik. Hasil penelitian ini telah membuktikan teori bahwa metode bermain dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar *passing* atas, jika diberikan dalam bentuk bermain pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 2 Kretek Bantul, sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat berguna.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan yang signifikan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek melalui metode bermain dengan nilai  $t$  hitung = 9,242 dan nilai signifikansi 5 %. Oleh karena itu hipotesis yang menyatakan bahwa ada peningkatan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul melalui metode bermain diterima. Nilai rerata hasil *pretest* sebesar 42,20 sedangkan nilai rerata hasil *posttest* menjadi 46,60. Sehingga dapat diketahui peningkatan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul sebesar 10,43 %.

#### **B. Implikasi Hasil Penelitian**

Berdasarkan kesimpulan diatas, hasil penelitian ini dapat berimplikasi pada :

1. Timbulnya inisiatif dari pelatih untuk menerapkan metode bermain dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan *passing* atas.
2. Timbulnya semangat dari siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP N 2 Kretek Bantul untuk meningkatkan kemampuan *passing* atas.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Dalam melakukan penelitian terdapat beberapa unsur keterbatasan, diantaranya sebagai berikut :

1. Dalam mengambil data, peneliti tidak memperhatikan kondisi testi karena peneliti tidak mampu mengontrol kegiatan yang dilakukan testi sebelum pengambilan data.
2. Peneliti tidak mengontrol kesungguhan testi dalam melakukan tes, baik *pretest* maupun *posttest*.
3. Kurang banyaknya bentuk permainan yang dapat mendukung peningkatan kemampuan testi.
4. Peneliti menggunakan alat ukur yang berpedoman pada tes keterampilan bola voli usia 13-15 tahun dengan mengambil bagian tes alat ukur yaitu tes passing atas usia 13-15 tahun.

### **D. Saran**

Dengan mengacu pada hasil penelitian dan keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian, peneliti menyarankan :

1. Sebelum melakukan penelitian sebaiknya petugas tes melakukan pengecekan terhadap kesiapan testi, baik secara fisik maupun psikis.
2. Bagi pelatih, hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman dalam pelaksanaan proses latihan yang lebih bervariasi.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan lebih mengembangkan instrumen dan metode penelitian agar dapat memperoleh hasil yang maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abin Syamsudin Makmun. (2001). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: CV Grafindo.
- Aip Syarifudin & Muhadi. (1992). *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Jakarta: Depdikbud.
- Bigot & Kohnstam. (1954). Dalam Sukintaka. (1982). *Permainan dan Metodik*. Jakarta: Percetakan Negara RI.
- Bonnie Robinson. (1997). *Bola Voli Bimbingan Petunjuk dan Teknik Bermain*. Semarang: Dhara Prize.
- Burhan Nurgiyanto,dkk. (2004). *Analisis Data Penelitian*. Yogyakarta: UGM Press.
- Depdikbud. (1994). *Pendidikan Jasmani SMU*. Jakarta: Depdikbud
- Depdiknas. (1999). *Petunjuk Tes Keterampilan Bolavoli Usia 13-15 Tahun*. Jakarta: Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Djoko Pekik Irianto. (2004). Dalam Betut Sendra Wijaya. (2013). Pengaruh Metode Bermain. Disampaikan dalam <http://blogmrcaft.blogspot.com/2013/09/pengaruh-metode-bermain.html>. [diakses 5 Mei 2016]
- Djoko Pekik Irianto. (2002) *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta. Diklat
- Durrwacher, Gerhard. (1986). *Bola Volley, Belajar dan Berlatih Sambil Bermain*. Jakarta: PT Gramedia.
- Iqbal Hasan. (2004). *Desain Penelitian*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Nuril Ahmadi. (2007). *Panduan Olahraga Bola Volley*. Solo: Erapustaka.
- PBVSJ. (2002). *Bola voli*. [http://id.wikipedia.org/wiki/Bola\\_voli](http://id.wikipedia.org/wiki/Bola_voli). [diakses 20 Mei 2016]
- Purwanto. (2010). *Pengaruh Pembelajaran dengan Model Bermain terhadap Kemampuan Passing Siswa Kelas Atas dalam bermain bola voli di SMP Negeri 3 Glagah,Temon,Kulon Progo*.Skripsi.FIK:UNY.
- Sigit Ari Wahyudi. (2011). *Pengaruh Pembelajaran Bolavoli dengan Menggunakan Modifikasi Bola Karet terhadap Peningkatan Penguasaan Teknik Passing Bawah pada Siswa SMA N 1 Wotbakah Kecamatan Japah Kabupaten Blora*.

- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- \_\_\_\_\_. (2014). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suharno HP. (1981). *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- \_\_\_\_\_. (1984). *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. (2005). *Manajemen Penelitian*. Edisi Revisi. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- \_\_\_\_\_. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes*. Depdikbud
- \_\_\_\_\_. (1998). *Teori Bermain untuk Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FPOK IKIP
- Tajliek Soegiardo. (1991). *Fisiologi Olahraga*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Tedjasaputra MS. (2001). *Bermain, Mainan, dan Permainan*. Grasindo
- Tri Ani Hastuti. (2008). *Kontribusi Ekstrakurikuler Bolabasket terhadap Pembinaan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani "Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia"*. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNY.
- Wahana Komputer. (2012). *Panduan Praktis SPSS 20*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Yunus. (1991). Pengertian permainan bola voli. <http://www.kawandnews.com/2011/08/pengertian-permainan-bolavoli.html>. [dikses 20 Mei 2016].
- <http://yosiabdiantindaon.blogspot.com/2012/11/pegertian-pengaruh.html>, diakses pada tanggal 1 juni 2016 pukul 15.35.



# LAMPIRAN

Rekap Materi Latihan Metode Permainan :

**MATERI LATIHAN**

No	Materi latihan
1	<p><b>Permainan I ( bola lewat tali)</b></p> <p>Permainan ini merupakan persiapan yang ideal untuk permainan bola volley. Aturan permainan sederhana, begitu pula tekniknya (lempar dan tangkap). Permainan ini memungkinkan adanya peningkatan ke semacam pertandingan yang berlangsung cepat dan memeras tenaga, permainan mirip dengan bola volley, dengan peraturan posisi pemain yang hampir serupa dengannya.</p> <p>Gagasan permainan :</p> <p>Dua regu saling berhadapan dengan dibatasi tali yang terentang di tengah-tengah. Bola harus dilemparkan sedemikian rupa sehingga jatuh ke lantai bidang permainan lawan, setidaknya-tidaknya sehingga sulit ditangkap kembali. Baik pemain maupun bola tidak sampai menyentuh tali. Apabila ini terjadi, regu lawan mendapat satu angka kemenangan.</p>
	<p><b>Permainan II ( bola volley yang ditangkap)</b></p> <p>Dibandingkan dengan '<i>bola lewat tali</i>', bentuk kedua dalam rangkaian permainan ini mengandung sejumlah kesulitan :</p> <p>Anak didik harus lari ke bawah bola guna melakukan passing atas. Pengoperan bola dibanding permainan sendiri merupakan keharusan. Hasil permainan hanya bisa dicapai dengan bantuan rekan seregu ( permainan dibiasakan untuk bermain demi kepentingan regu).</p> <p>Gagasan permainan :</p> <p>Peraturan mengenai peralatan, regu, lemparan awal dan cara hitungan seperti pada '<i>bola lewat tali</i>'. Bola yang datang dari pihak lawan harus dipantulkan ke atas dulu (passing atas), setelah itu baru boleh di tangkap teman seregu dan dilempar</p>

	<p>kembali. kesalahan dihitung sebagai angka kemenangan untuk regu lawan, mula-mula hanya pantulan bola yang dilakukan dengan tangan pada posisi meraup ( kedua jari kelingking berdekatan )</p>
3	<p><b>Permainan III ( bola volley dengan sentuhan ganda )</b></p> <p>Untuk mempermudah peralihan dari permainan ‘bola volley yang di tangkap’ ke permainan yang lazim ( sentuhan sekali ) dan juga agar anak didik mendapat kesempatan untuk menguasai unsur-unsur teknik dan taktik yang penting-penting, jalan memutar lewat permainan bola volley dengan sentuhan ganda ini bermanfaat, dan bahkan penting artinya.</p> <p>Passing menyudut dapat dilakukan dengan gampang dan tanpa petunjuk-petunjuk khusus. Bola yang datang oleh pemain mula-mula dipassing atas, dan pada sentuhan kedua ( umumnya dengan memutar tubuh ) diteruskan ke teman se-regu atau melewati tali ke bidang permainan lawan. Tempo menjadi lambat dengan begitu bisa dengan mudah direncanakan taktik dalam pengoperan, pengaturan posisi dan gerakan di lapangan. Bola yang datang dari lawan harus dioperkan dengan sentuhan ganda sedang passing berikut melewati tali dilakukan langsung ( sentuhan tunggal ).</p>
	<p><b>Permainan IV ( Permainan Tennis )</b></p> <p>Permainan tenis dimaksudkan untuk melatih rentangan tungkai dan tubuh pada saat melakukan passing atas, serta mengajarkan pengoperan bola yang melambung tinggi. Permainan ini ditempatkan sesudah atau disamping permainan bola volley dengan sentuhan ganda, apabila yang bermain regu-regu yang terdiri dari dua atau tiga pemain, karena susunan serangan dan seranganya sendiri sudah menyerupai permainan bola volley yang sesungguhnya.</p> <p>Gagasan permainan :</p> <p>Bola yang datang dari lawan, mula-mula harus terpantul dulu ke lantai.</p>

	<p>Setelah itu baru dilakukan passing atas langsung. Pada permainan seorang lawan seorang, operan pertama langsung diarahkan melewati tali ke lapangan permainan lawan. Tetapi apabila yang bermain dua tau tiga orang, pengoperan begitu terlarang. Masing-masing regu harus paling sedikit satu kali mengoper bola dilapangan sendiri. Pemain belakang yang menerima bola membiarkan bola terpantul dulu sekali ke lantai. Setelah itu dilakukan passing atas ke teman seregu, yangt kini bisa melakukan serangan langsung atau mengoper sekali lagi, ( tetapi tanpa membiarkan bola terpantul ke lantai dulu). Awal permainan dimulai dengan passing atas. Cara hitungan menurut peraturan resmi bola volley- kalau mungkin juga cara permainan dengan rotasi.</p>
5	<p><b>Permainan V ( Pertandingan Beranting )</b></p> <p>Pertandingan beranting cocok guna menerapkan keterampilan yang sudah dipelajari, begitu pula untuk menguji dan membuktikan kemampuan. Dalam regu beranting, anak didik yang tidak begitu bersemangat bisa ikut terdorong untuk menunjukkan peningkatan prestasi.</p> <p>Tugas- tugas yang diberikan harus sederhana, agar dalam suasana pertandingan masih bisa dipertahankan tehnik yang bersih. Sebaiknya sebelum diberimpenilaian, anak didik disuruh beberapa kali berlatih dahulu, agar mereka mendapat kesempatan untuk mengkaji kembali persyaratan tehnik yang penting-penting.</p> <p>Kelompok yang ingin cepat- cepat selesai akan melakukan pengoperan dengan keras dan mendatar, juga apabila dihalangi net (pemasang tali) yang cukup tinggi.kesalahan dapat dilihat dari hasil operan dan perkenaan bola pada jari saat melakukan operan.</p>

6	<b>Permainan VI ( Permainan Bola Volley dengan Passing Atas )</b>
	<p>Dalam permainan tersebut sudah menggunakan peraturan yang sesungguhnya hanya dibatasi dengan menggunakan passing atas untuk pengoperan di daerah lawan maupun penyerangan, permainan dilakukan dengan tiga kali sentuhan dengan sentuhan passing atas terakhir digunakan untuk menyerang ke lapangan lawan. Untuk mengawali pertandingan dilakukan servis dari arah belakang garis lapangan, permainan dianggap menang apabila salah satu tim mendapat poin atau nilai 25 dengan selisih dua poin.</p> <p>Dalam permainan tersebut dapat dilihat anak didik yang sudah dapat melakukan passing atas dengan tepat dan anak didik yang masih kurang dalam melakukan passing atas.</p>

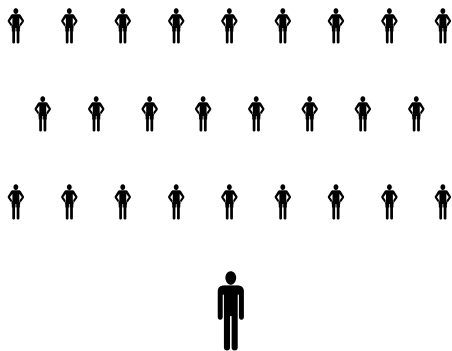
## PROGRAM LATIHAN

Program latihan pelaksanaan metode bermain di SMP N 2 Kretek Bantul ini dilakukan pada saat kegiatan ekstrakurikuler. Program ini disusun untuk memberikan *treatmen* atau perlakuan kepada peserta ekstrakurikuler. *treatmen* ini dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan dengan 6 bentuk permainan.

### Pertemuan Pertama

#### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

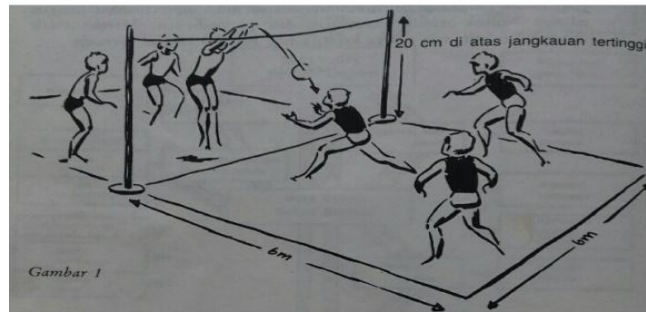
- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



#### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Permainan ini bentuk permainan dasar
- b. Dua regu saling berhadapan dengan dibatasi oleh tali (net)
- c. Bola harus dilempar sedemikian rupa sehingga jatuh ke lantai bidang permainan lawan sehingga sulit ditangkap dan dilemparkan kembali
- d. Bola tidak boleh menyentuh tali, bola dilempar dari posisi penangkapan, dan boleh dioperkan sampai dua kali di bidang permainan sendiri
- e. Lemparan pada awal permainan dan setelah terjadi angka kemenangan dilakukan oleh pemain belakang. Lemparan dilakukan dari garis belakang.

- f. Regu yang menang ialah yang lebih dulu mencapai 15 angka ( dengan selisih kemenangan paling sedikit 2 angka ).



- g. Peserta setelah menyelesaikan game tersebut dilanjutkan untuk bermain dengan permainan sederhana dengan menggunakan *passing* atas.

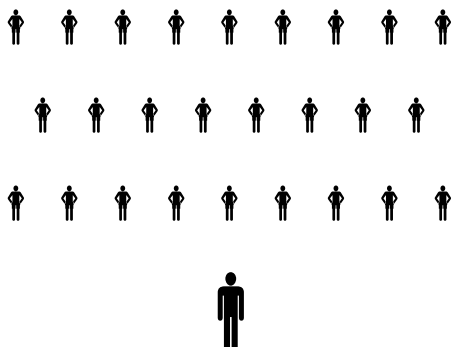
### 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar.

### Pertemuan kedua

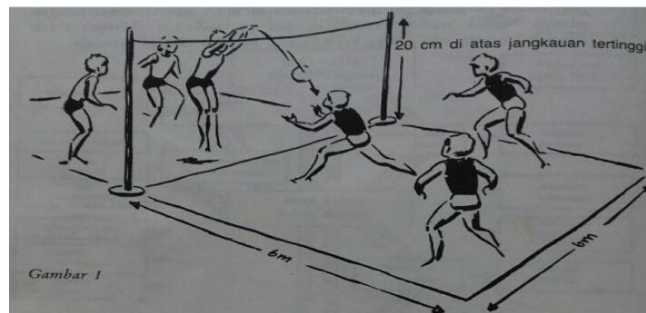
#### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



## 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Permainan ini bentuk permainan dasar
- b. Dua regu saling berhadapan dengan dibatasi oleh tali (net)
- c. Bola harus dilempar sedemikian rupa sehingga jatuh ke lantai bidang permainan lawan sehingga sulit ditangkap dan dilemparkan kembali
- d. Bola tidak boleh menyentuh tali, bola dilempar dari posisi penangkapan, dan boleh dioperkan sampai dua kali di bidang permainan sendiri
- e. Lemparan pada awal permainan dan setelah terjadi angka kemenangan dilakukan oleh pemain belakang. Lemparan dilakukan dari garis belakang.
- f. Regu yang menang ialah yang lebih dulu mencapai 15 angka ( dengan selisih kemenangan paling sedikit 2 angka ).



- g. Peserta setelah menyelesaikan game tersebut dilanjutkan untuk bermain dengan permainan sederhana dengan menggunakan *passing* atas.

## 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

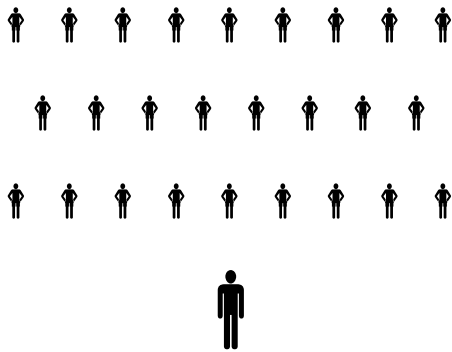
- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdoa, dan bubar.



## Pertemuan Ketiga

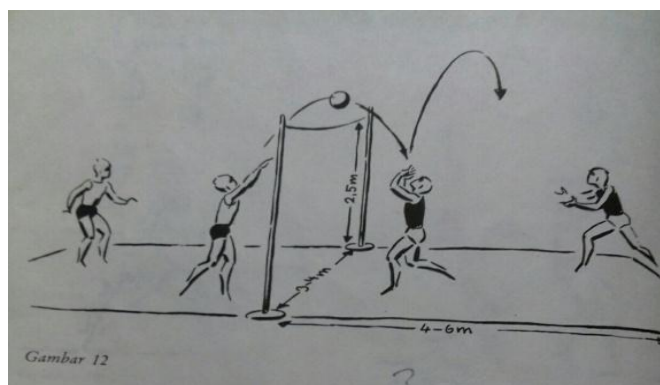
### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- Gagasan permainan, peraturan, peralatan, regu, lemparan awal, dan cara hitungan seperti pada "*bola lewat tali*".
- Tali ( net ) dipasang lebih tinggi 2,5 -3 meter
- Bola yang datang dari pihak lawan harus di pantulkan ke atas terlebih dahulu (passing atas)
- Setelah itu baru boleh di tangkap dan dilemparkan kembali.
- Pemain yang menerima bola dari pihak lawan melakukan passing atas ke pemain berikutnya, dengan diterima dengan menangkap bola dan mengembalikan ke arah lawan.



- f. Setelah *game* selesai permainan dilanjutkan dengan menggunakan permainan sederhana dengan aturan hanya menggunakan *passing* atas.

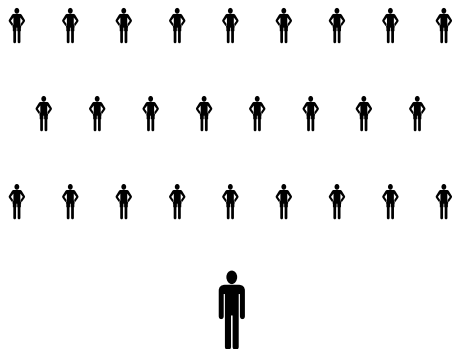
### 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar.

## Pertemuan Keempat

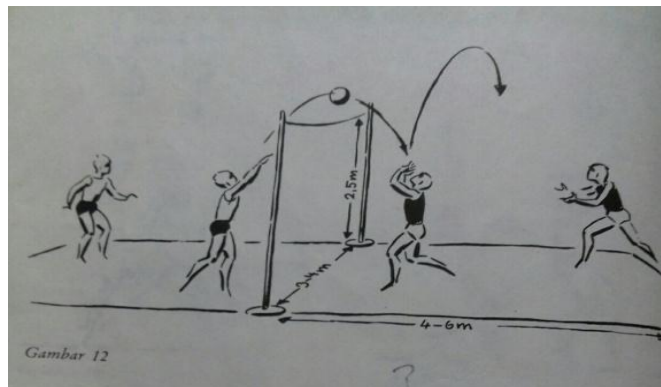
### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Gagasan permainan, peraturan, peralatan, regu, lemparan awal, dan cara hitungan seperti pada "*bola lewat tali*".
- b. Tali ( net ) dipasang lebih tinggi 2,5 -3 meter
- c. Bola yang datang dari pihak lawan harus di pantulkan ke atas terlebih dahulu (passing atas)
- d. Setelah itu baru boleh di tangkap dan dilemparkan kembali.
- e. Pemain yang menerima bola dari pihak lawan melakukan passing atas ke pemain berikutnya, dengan diterima dengan menangkap bola dan mengembalikan ke arah lawan.



- f. Setelah *game* selesai permainan dilanjutkan dengan menggunakan permainan sederhana dengan aturan hanya menggunakan *passing* atas.

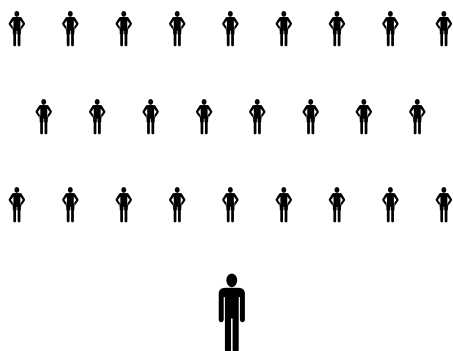
### 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar.

## Pertemuan Kelima

### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

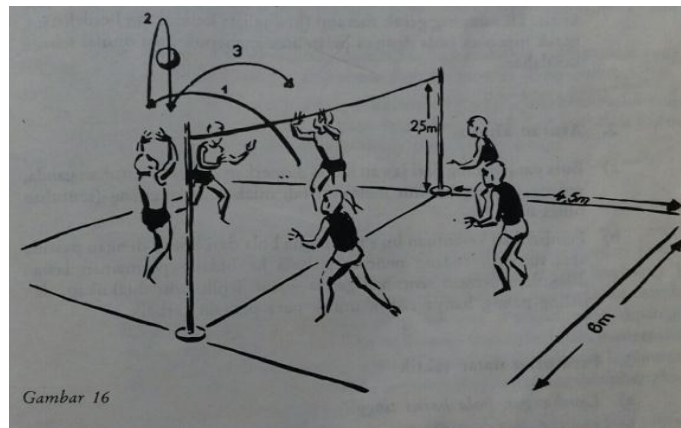
- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Pemain yg menerima bola dari lawan harus mengoperkanya ke teman sebangkunya, yg kini boleh langsung mengembalikan ke lawan

- b. Sentuhan ganda merupakan pengoperan wajib, menangkap dan melempar sebagai kesalahan, begitu pula passing atas ke teman seregu dan kelapangan lawan.
- c. Kesalahan: Bola menyentuh tali dan lantai. Melampaui garis tengah.
- d. Lemparan awal permainan dilakukan dari luar garis dengan kedua tangan
- e. Regu yang paling dulu mencapai angka 15 angka ( dengan selisih paling sedikit 2 angka dari lawan ), itulah yang menang.
- f. Dalam permainan ini teknik passing atas bisa dinilai dengan lebih kritis.

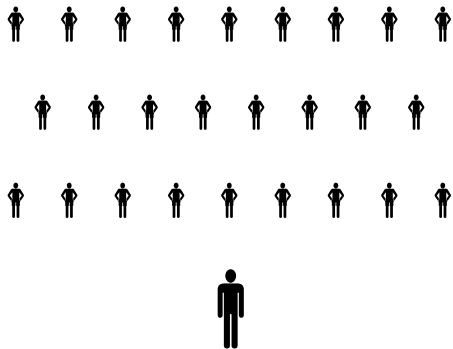


- g. Setelah game tersebut selesai peserta disuruh untuk melakukan permainan dengan aturan sederhana dengan aturan menggunakan *passing* atas saja kecuali servis
3. Kegiatan Penutup (15 menit)
- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar.

## Pertemuan Keenam

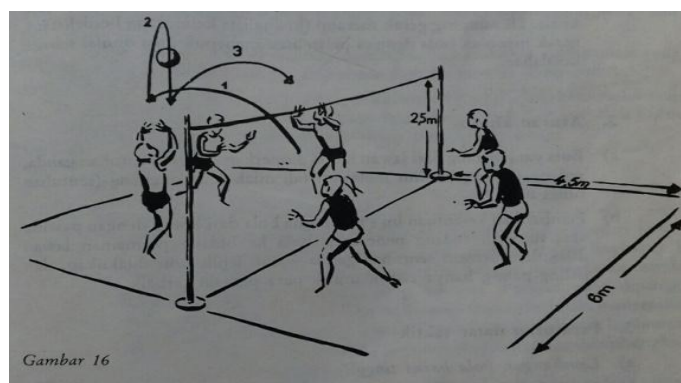
### 1. Kegiatan Pendahuluan (15menit)

- Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- Pemain yg menerima bola dari lawan harus mengoperkanya ke eman seregu,yg kini boleh langsung mengembalikan ke lawan
- Sentuhan ganda merupakan pengoperan wajib, menangkap dan melempar sebagai kesalahan, begitu pula passing atas ke teman seregu dan kelapangan lawan.
- Kesalahan: Bola menyentuh tali dan lantai. Melampaui garis tengah.
- Lemparan awal permainan dilakukan dari luar garis dengan kedua tangan
- Regu yang paling dulu mencapai angka 15 angka ( dengan selisih paling sedikit 2 angka dari lawan ), itulah yang menang.
- Dalam permainan ini teknik passing atas bisa dinilai dengan lebih kritis.



- g. Setelah game tersebut selesai peserta disuruh untuk melakukan permainan dengan aturan sederhana dengan aturan menggunakan *passing* atas saja kecuali servis

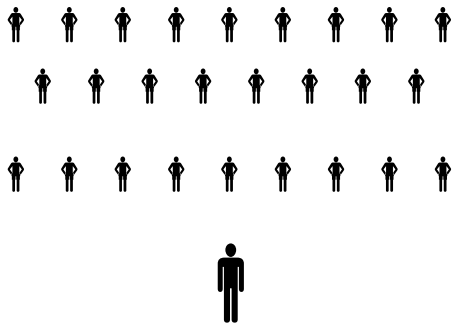
3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar.

**Pertemuan Ketujuh**

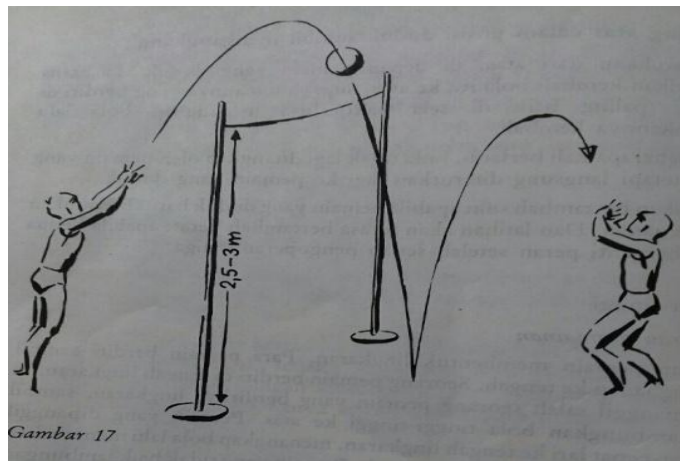
1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Bola yang datang dari lawan ,harus terpantul dulu ke lantai.
- b. Dalam satu regu paling sedikit satu kali mengoper di lapangan sendiri
- c. Pemain belakang yang menerima bola membiarkan bola terpantul dulu satu kali ke lantai.
- d. Setela itu dilakukan passing atas ke teman seregu, yang kini bisa melakukan serangan langsung atau mengoper sekali lagi ( tetapi tanpa membiarkan bola terpantul dulu ke lantai).
- e. Serangan ke lapangan lawan dilakukan oleh pemain terahir yang menyentuh bola.
- f. Cara hitungan menurut peraturan resmi bola volley kalau mungkin juga cara permainan dengan rotasi.



- g. Peserta setelah melakukan permainan diatas melakukan permainan dengan aturan hanya boleh menggunakan *passing* atas.

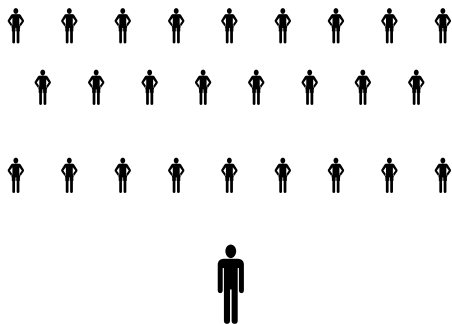
### 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar.

## Pertemuan Kedelapan

### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

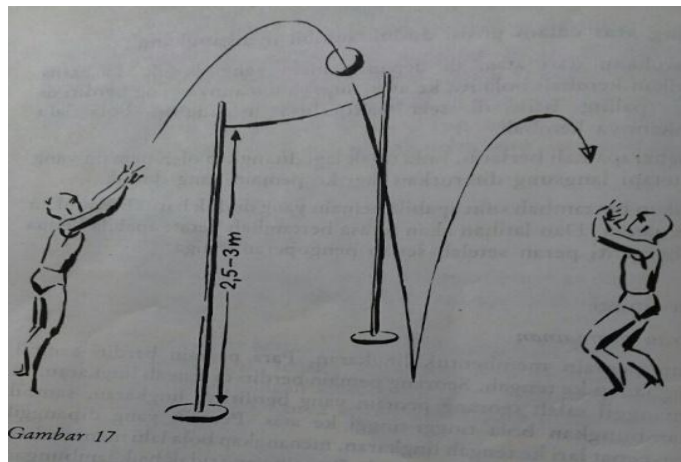
- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Bola yang datang dari lawan ,harus terpantul dulu ke lantai.
- b. Dalam satu regu paling sedikit satu kali mengoper di lapangan sendiri
- c. Pemain belakang yang menerima bola membiarkan bola terpantul dulu satu kali ke lantai.

- d. Setelah itu dilakukan passing atas ke teman sebangk, yang kini bisa melakukan serangan langsung atau mengoper sekali lagi (tetapi tanpa membiarkan bola terpantul dulu ke lantai).
- e. Serangan ke lapangan lawan dilakukan oleh pemain terakhir yang menyentuh bola.
- f. Cara hitungan menurut peraturan resmi bola voli kalau mungkin juga cara permainan dengan rotasi.



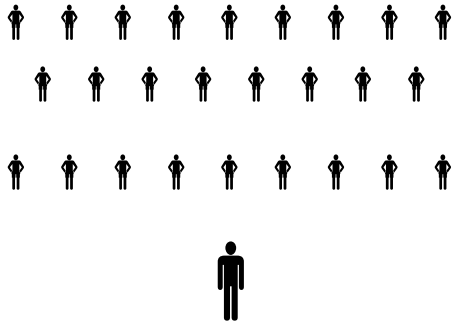
- g. Peserta setelah melakukan permainan diatas melakukan permainan dengan aturan hanya boleh menggunakan *passing* atas.
3. Kegiatan Penutup (15 menit)
- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdoa'a, dan bubar.



## Pertemuan Kesembilan

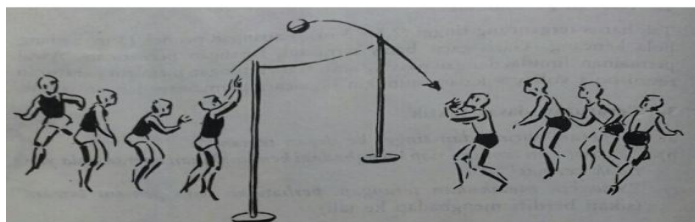
### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- Berbaris, berdoa, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- Bola mula-mula dioperkan oleh pemimpin regu yang bertugas membetulkan gerak bola yg dikembali kan secara kurang cermat
- Permainan dilakukan dengan menggunakan passing atas melewati net ke arah sebrang
- Setelah melakukan passing pemain berbalik ke arah belakang
- Permainan akan di tingkatkan dengan pengoperan bola yang bervariasi ke yang lebih sulit.
- Pertandingan selesai apabila susunan awal sudah tercpai kembali
- Urutan pemain tidak boleh diubah



- g. Setelah *game* selesai permainan dilanjutkan dengan menggunakan permainan sederhana dengan aturan hanya menggunakan *passing* atas.

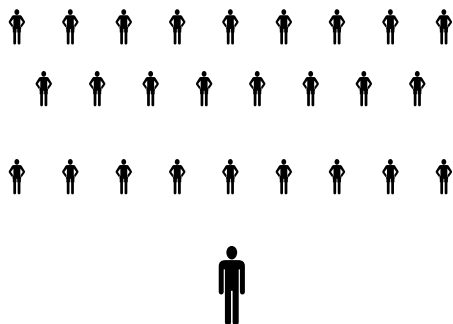
3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar.

**Pertemuan Kesepuluh**

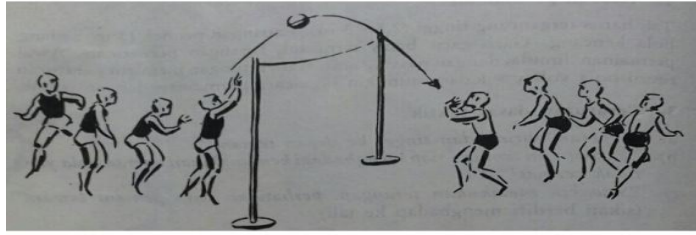
1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Bola mula-mula dioperkan oleh pemimpin regu yang bertugas membetulkan gerak bola yg dikembali kan secara kurang cermat
- b. Permainan dilakukan dengan menggunakan passing atas melewati net ke arah sebrang
- c. Setelah melakukan passing pemain berbalik ke arah belakang
- d. Permainan akan di tingkatkan dengan pengoperan bola yang bervariasi ke yang lebih sulit.
- e. Pertandingan selesai apabila susunan awal sudah tercpai kembali
- f. Urutan pemain tidak boleh diubah



g. Setelah *game* selesai permainan dilanjutkan dengan menggunakan permainan sederhana dengan aturan hanya menggunakan *passing* atas.

### 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

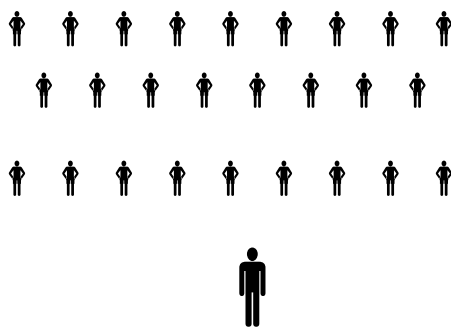
a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar

## Pertemuan Kesebelas

### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan

b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

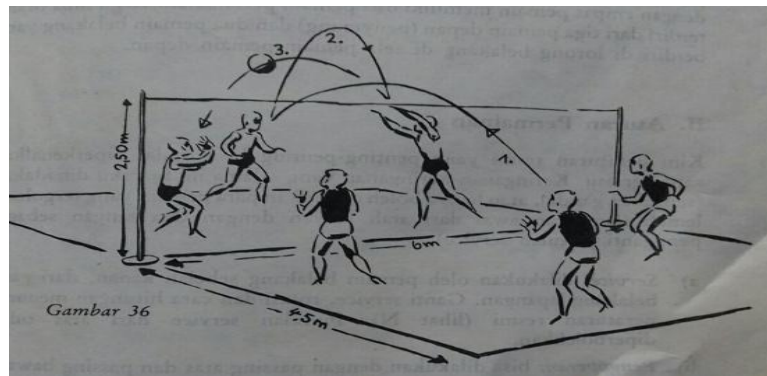
a. Permainan diawali dengan melakukan servis dari arah belakang garis

b. Pengoperan bola ke teman seregu dan pengembalin ke daerah lawan hanya dibatasi dengan *passing* atas

c. Pemain dalam satu regu diharuskan melakukan tiga kali sentuhan

d. Pemain yang melangkahi garis tengah atau menyentuh jaring dihitung sebagai kesalahan

- e. Tim yang mencapai angka 25 terlebih dahulu dianggap sebagai pemenang



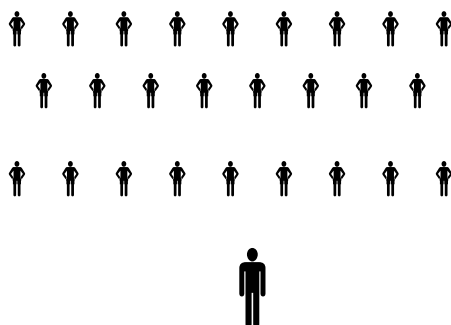
### 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar

### Pertemuan Ke Dua belas

#### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

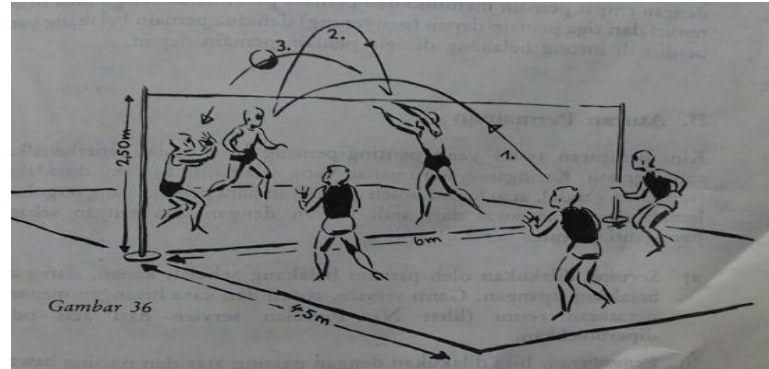
- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



#### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Permainan diawali dengan melakukan servis dari arah belakang garis
- b. Pengoperan bola ke teman seregu dan pengembalin ke daerah lawan hanya dibatasi dengan passing atas
- c. Pemain dalam satu regu diharuskan melakukan tiga kali sentuhan

- d. Pemain yang melangkahi garis tengah atau menyentuh jaring dihitung sebagai kesalahan
- e. Tim yang mencapai angka 25 terlebih dahulu dianggap sebagai pemenang



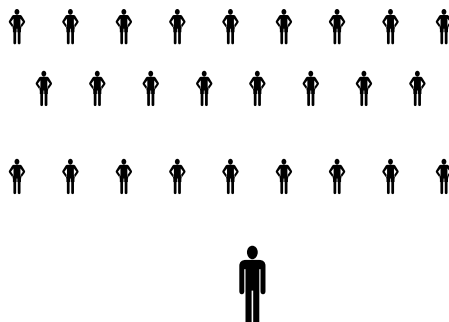
### 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar

### Pertemuan Ke Tiga belas

#### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



#### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Permainan diawali dengan melakukan servis dari arah belakang garis
- b. Kosep permainan sama dengan permaian sebelumnya hanya dengan batasan jumlah pengoperan lebih ditingkatkan

- c. Pengoperan bola ke teman seregu dan pengembalin ke daerah lawan hanya dibatasi dengan passing atas
- d. Pemain dalam satu regu diharuskan melakukan enam kali sentuhan bola
- e. Apabila permainan dilakukan dengan jumlah pemain enam setiap timnya maka dilakukan pemerataan pada tiap kali sentuhan bola
- f. Pemain yang melangkahi garis tengah atau menyentuh jaring dihitung sebagai kesalahan
- g. Tim yang mencapai angka 25 terlebih dahulu dianggap sebagai pemenang

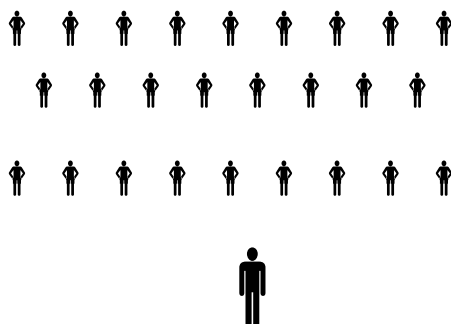
### 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar

## **Pertemuan Ke Empat belas**

### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



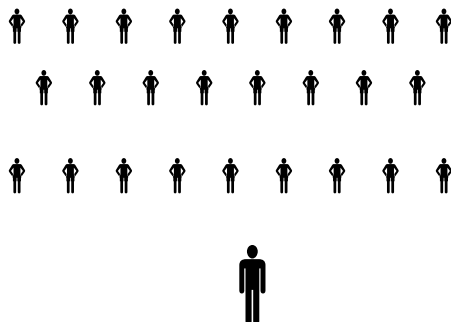
### 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- a. Permainan diawali dengan melakukan servis dari arah belakang garis
- b. Kosep permainan sama dengan permaian sebelumnya hanya dengan batasan jumlah pengoperan lebih ditingkatkan

- c. Pengoperan bola ke teman seregu dan pengembalin ke daerah lawan hanya dibatasi dengan passing atas
  - d. Pemain dalam satu regu diharuskan melakukan enam kali sentuhan bola
  - e. Apabila permainan dilakukan dengan jumlah pemain enam setiap timnya maka dilakukan pemerataan pada tiap kali sentuhan bola
  - f. Pemain yang melangkahi garis tengah atau menyentuh jaring dihitung sebagai kesalahan
  - g. Tim yang mencapai angka 25 terlebih dahulu dianggap sebagai pemenang
3. Kegiatan Penutup (15 menit)
- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar

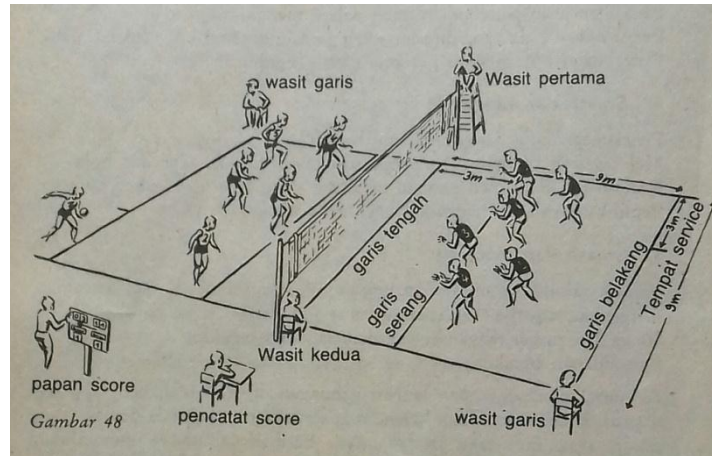
### **Pertemuan Ke Lima belas**

1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)
- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
  - b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran



2. Kegiatan Inti (60 menit)
- a. Permainan diawali dengan melakukan servis dari arah belakang garis
  - b. Permainan menggunakan aturan sebenarnya dalam permainan bola volley
  - c. Dalam permainan tersebut dapat dilihat tingkat keberhasilan peserta dalam melakukan *passing* atas khususnya.

- d. Tim yang mencapai angka 25 terlebih dahulu dianggap sebagai pemenang
- e. Permainan dilakukan dengan *two winning set* ( pertandingan berahir dengan salah satu regu memperoleh dua set kemenangan)



Gambar 48

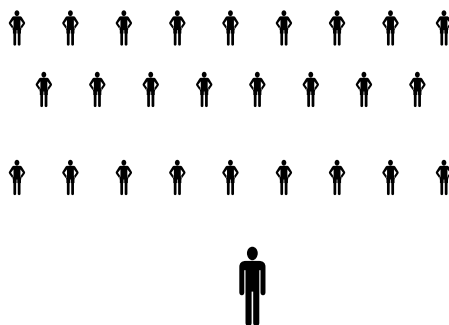
### 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- a. Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar

### Pertemuan Ke Enam belas

#### 1. Kegiatan Pendahuluan (15 menit)

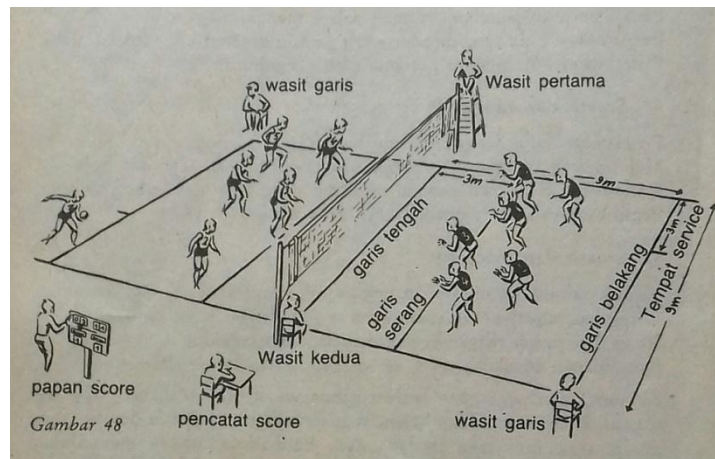
- a. Berbaris, berdo'a, presensi kehadiran, apersepsi dan pemanasan
- b. Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran





## 2. Kegiatan Inti (60 menit)

- Permainan diawali dengan melakukan servis dari arah belakang garis
- Permainan menggunakan aturan sebenarnya dalam permainan bola volley
- Dalam permainan tersebut dapat dilihat tingkat keberhasilan peserta dalam melakukan *passing* atas khususnya.
- Tim yang mencapai angka 25 terlebih dahulu dianggap sebagai pemenang
- Permainan dilakukan dengan *two winning set* ( pertandingan berakhir dengan salah satu regu memperoleh dua set kemenangan)



## 3. Kegiatan Penutup (15 menit)

- Cooling down , berbaris, evaluasi proses latihan, berdo'a, dan bubar



## SURAT KETERANGAN

Yang bertanda tangan dibawah ini Dosen yang menjadi *expert judgement* materi latihan dalam penelitian Tugas Akhir Skripsi yang berjudul, Meningkatkan Kemampuan Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Putri SMP N 2 Kretek Bantul Melalui Metode Bermain :

Nama : Yuyun Ari Wibowo, M.Or.

NIP. : 198305092008121002

menyatakan bahwa:

Nama : Adityo Nugroho

No. Mahasiswa : 12601244010

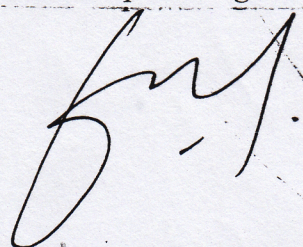
Prodi : PJKR

Menyatakan bahwa materi latihan pada penelitian yang dibuat oleh mahasiswa sudah mendapat penilaian (*expert judgement*), sehingga layak digunakan oleh mahasiswa tersebut dalam penelitian.

Demikian surat ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 25 Februari 2016

Dosen *Expert Judgement*



Yuyun Ari Wibowo, M.Or.

NIP.198305092008121002





KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI  
**UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN**

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 069/UN.34.16/PP/2016.  
Lamp : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

11 Februari 2016.

Yth : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta  
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan  
Setda. Provinsi DIY  
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Yogyakarta.

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Adityo Nugroho.  
NIM : 12601244010.  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Maret s.d April 2016.  
Tempat/obyek : Lap. SMP N 2 Kretek Bantul.  
Judul Skripsi : Meningkatkan Kemampuan Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli SMP N 2 Kretek Bantul Melalui Metode Bermain.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Dekan,

Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SMP N 2 Kretek Bantul.
2. Kaprodi PJKR.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.





PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH  
( B A P P E D A )

Jln. Robert Wolter Monginsidi No. 1 Bantul 55711, Telp. 367533, Fax. (0274) 367796  
Website: bappeda.bantulkab.go.id Webmail: bappeda@bantulkab.go.id

SURAT KETERANGAN/IZIN

**Nomor : 070 / Reg / 0679 / S1 / 2016**

**Menunjuk Surat** : Dari : Sekretariat Daerah DIY Nomor : 070/REG/V/337/2/2016  
Tanggal : 15 Februari 2016 Perihal : IJIN PENELITIAN/RISET

**Mengingat** : a. Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Organisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Daerah Kabupaten Bantul Nomor 16 Tahun 2009 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Nomor 17 Tahun 2007 tentang Pembentukan Organisasi Lembaga Teknis Daerah Di Lingkungan Pemerintah Kabupaten Bantul;  
b. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perijinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta;  
c. Peraturan Bupati Bantul Nomor 17 Tahun 2011 tentang Ijin Kuliah Kerja Nyata (KKN) dan Praktek Lapangan (PL) Perguruan Tinggi di Kabupaten Bantul.

**Diizinkan kepada**  
Nama : **ADITYO NUGROHO**  
P. T / Alamat : **Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta Karangmalang, Sleman, DIY**  
NIP/NIM/No. KTP : **3306012010940002**  
Nomor Telp./HP : **085643285600**  
Tema/Judul Kegiatan : **MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING ATAS PESERTA EKSTRAKULIKULER BOLA VOLI SMP N 2 KRETEK BANTUL MELALUI METODE BERMAIN**  
Lokasi : **SMP N 2 KRETEK BANTUL**  
Waktu : **15 Februari 2016 s/d 15 Mei 2016**

**Dengan ketentuan sebagai berikut :**

1. Dalam melaksanakan kegiatan tersebut harus selalu berkoordinasi (menyampaikan maksud dan tujuan) dengan institusi Pemerintah Desa setempat serta dinas atau instansi terkait untuk mendapatkan petunjuk seperlunya;
2. Wajib menjaga ketertiban dan mematuhi peraturan perundangan yang berlaku;
3. Izin hanya digunakan untuk kegiatan sesuai izin yang diberikan;
4. Pemegang izin wajib melaporkan pelaksanaan kegiatan bentuk *softcopy* (CD) dan *hardcopy* kepada Pemerintah Kabupaten Bantul c.q Bappeda Kabupaten Bantul setelah selesai melaksanakan kegiatan;
5. Izin dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak memenuhi ketentuan tersebut di atas;
6. Memenuhi ketentuan, etika dan norma yang berlaku di lokasi kegiatan; dan
7. Izin ini tidak boleh disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu ketertiban umum dan kestabilan pemerintah.

Dikeluarkan di : B a n t u l  
Pada tanggal : 16 Februari 2016

A.n. Kepala,  
Kepala Bidang Data Penelitian dan  
Pengembangan, Kab. Kasubbid. Litbang  
**BAPPEDA**  
**Heny Endrawati, S.P., M.P.**  
NIP: 197106081998032004

**Tembusan disampaikan kepada Yth.**

1. Bupati Kab. Bantul (sebagai laporan)
2. Kantor Kesatuan Bangsa dan Politik Kab. Bantul
3. Ka. Dinas Pendidikan Dasar Kab. Bantul
4. Ka. UPT Pengelola Pendidikan Dasar Kecamatan Kretek
5. Ka. SMP N 2 Kretek
6. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNY
7. Yang Bersangkutan (Pemohon)





**PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA  
SEKRETARIAT DAERAH**

Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)  
YOGYAKARTA 55213

**SURAT KETERANGAN / IJIN**

070/REG/VI/337/2/2016

Membaca Surat : **DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN** Nomor : **069/UN.34.16/PP/2016**  
Tanggal : **11 FEBRUARI 2016** Perihal : **IJIN PENELITIAN/RISET**

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
  2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011, tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementrian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
  3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
  4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

**DIIJINKAN** untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : **ADITYO NUGROHO** NIP/NIM : **12601244010**  
Alamat : **FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN , PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI (PJKR), UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**  
Judul : **MENINGKATKAN KEMAMPUAN PASSING ATAS PESERTA EKSTRAKULIKULER BOLA VOLI SMP N 2 KRETEK BANTUL MELALUI METODE BERMAIN**  
Lokasi : **DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY**  
Waktu : **15 FEBRUARI 2016 s/d 15 MEI 2016**

**Dengan Ketentuan**

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan \*) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website [adbang.jogjaprov.go.id](http://adbang.jogjaprov.go.id) dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website [adbang.jogjaprov.go.id](http://adbang.jogjaprov.go.id);
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta  
Pada tanggal **15 FEBRUARI 2016**  
A.n Sekretaris Daerah  
Asisten Perekonomian dan Pembangunan  
Ub.  
Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Drs. Tri Mulyono, MM  
NIP. 19620830 198903 1 006

**Tembusan :**

1. GUBERNUR DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (SEBAGAI LAPORAN)
2. BUPATI BANTUL C.Q BAPPEDA BANTUL
3. DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY
4. DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAHAAN , UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
5. YANG BERSANGKUTAN



**DAFTAR PESERTA EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI PUTRI SMP N 2  
KRETEK BANTUL 01 MARET 2016**

NO	NAMA	TANGGAL LAHIR	KETERANGAN	USIA
1	R H R	Bantul, 19 juli 2001	14 Thn. 7 Bln. 11 Hari	15
2	N T D	Bantul, 13 November 2000	15 Thn. 3 Bln. 17 Hari	15
3	E S	Bantul, 19 Mei 2001	14 Thn. 9 Bln. 11 Hari	15
4	J C	Bantul, 15 Agustus 2003	12 Thn. 6 Bln. 15 Hari	13
5	M N F	Bantul, 05 November 2001	14 Thn. 3 Bln. 25 Hari	14
6	M L W	Bantul, 08 September 2002	13 Thn. 5 Bln. 22 Hari	13
7	U H	Lumajang, 01 Mei 2001	14 Thn. 9 Bln. 29 Hari	15
8	D D S	Bantul, 10 Desember 2001	14 Thn. 2 Bln. 20 Hari	14
9	S A A	Bantul, 05 Mei 2001	14 Thn. 9 Bln. 25 Hari	15
10	M A	Bantul, 07 Oktober 2002	13 Thn. 4 Bln. 23 Hari	13
11	W	Bantul, 10 September 2002	13 Thn. 5 Bln. 20 Hari	13
12	P I	Bantul, 25 Maret 2002	13 Thn. 11 Bln. 5 Hari	14
13	N D L	Nganjuk, 11 November 2002	13 Thn. 3 Bln. 19 Hari	13
14	N A S	Bantul, 16 Agustus 2003	12 Thn. 6 Bln. 14 Hari	13
15	V A S	Bantul, 15 Juli 2003	12 Thn. 7 Bln. 15 Hari	13

Keterangan :

1. 12 tahun, 6 bulan, 0 hari = 12 tahun
2. 12 tahun, 6 bulan, 1 hari = 13 tahun
3. 13 tahun, 6 bulan, 0 hari = 13 tahun
4. 13 tahun, 6 bulan, 1 hari = 14 tahun
5. 14 tahun, 6 bulan, 0 hari = 14 tahun
6. 14 tahun, 6 bulan, 1 hari = 15 tahun
7. 15 tahun, 6 bulan, 0 hari = 15 tahun
8. 15 tahun, 6 bulan, 1 hari = 16 tahun

### Hasil Statistik *Pretest* dan *Posttest* Passing Atas

**Statistics**

		PRETEST	POSTTEST
N	Valid	15	15
	Missing	0	0
Mean		42.2000	46.6000
Median		43.0000	48.0000
Mode		37.00	49.00
Std. Deviation		7.12340	7.91743
Minimum		25.00	29.00
Maximum		53.00	61.00
Sum		633.00	699.00

### Deskripsi Hasil Penelitian

Pembuatan tabel distribusi frekuensi menurut Sugiyono (2014:32) :

Banyak kelas =  $1 + 3,3 \log N$

Rentang = nilai maksimum – nilai minimum

Panjang kelas = rentang : banyak kelas

#### 1. Data *pretest*

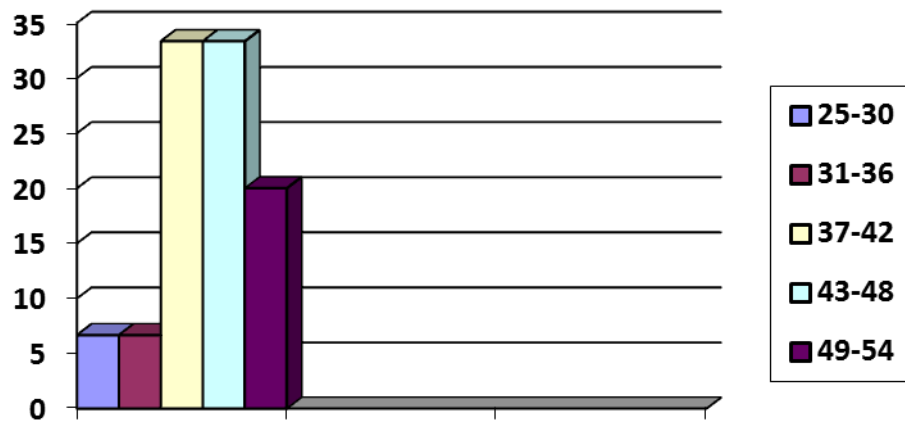
Banyak kelas	$= 1 + 3,3 \log N$ $= 1 + 3,3 \log 15$ $= 1 + 3,3 (1,17)$ $= 1 + 3,86$ $= 4,86 \rightarrow 5$
Rentang	= nilai maksimum – nilai minimum $= 53 - 25$ $= 28$
Panjang kelas	= rentang : banyak kelas $= 28 : 5$ $= 5,6 \rightarrow 6$

#### Hasil

No	Kelas Interval	Frekuensi	Relatif (%)
1.	25-30	1	6.67 %
2.	31-36	1	6.67 %
3.	37-42	5	33.33 %
4.	43-48	5	33.33 %
5.	49-54	3	20 %
<b>JUMLAH</b>		<b>15</b>	<b>100 %</b>



## PRETEST



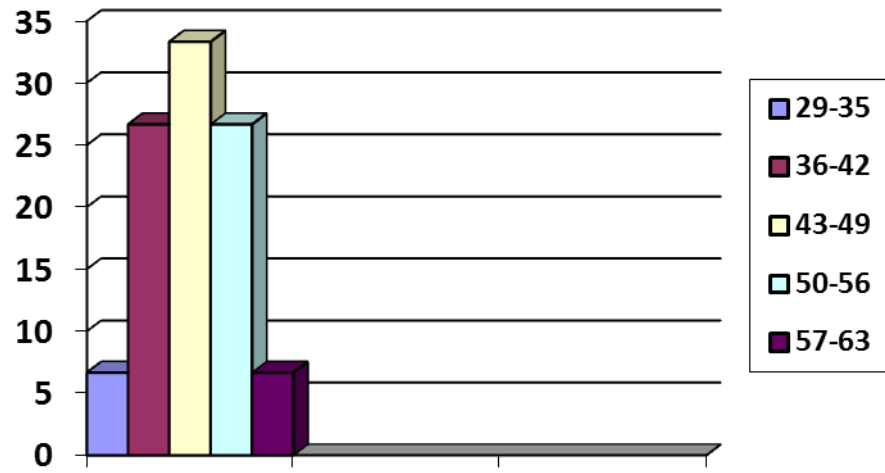
## 2. Data posttest

Banyak kelas	$= 1 + 3,3 \log N$ $= 1 + 3,3 \log 15$ $= 1 + 3,3 (1,17)$ $= 1 + 3,86$ $= 4,86 \rightarrow 5$
Rentang	$= \text{nilai maksimum} - \text{nilai minimum}$ $= 61 - 29$ $= 32$
Panjang kelas	$= \text{rentang} : \text{banyak kelas}$ $= 32 : 5$ $= 6,4 \rightarrow 7$

## Hasil

No	Kelas Interval	Frekuensi	Relatif (%)
1.	29-35	1	6.66 %
2.	36-42	4	26.67 %
3.	43-49	5	33.33 %
4.	50-56	4	26.67 %
5.	57-63	1	6.66 %
<b>JUMLAH</b>		<b>15</b>	<b>100 %</b>

## POSTTEST



### Uji Normalitas *Chi Kuadrat*

Test Statistics		
	PRETEST	POSTTEST
Chi-Square	.867 <sup>a</sup>	.867 <sup>a</sup>
df	13	13
Asymp. Sig.	1.000	1.000

a. 14 cells (100,0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 1,1.

#### **Kesimpulan :**

Berdasarkan perhitungan data menggunakan aplikasi SPSS 16 yaitu tabel tersebut diatas diketahui  $x$  hitung *pretest* dan *posttest* = 0,867. Kemudian harga  $x$  tabel adalah 22,362. Dengan demikian dapat diketahui bahwa  $x$  hitung lebih kecil dari  $x$  tabel ( $x_{hit} < x_{tab}$ ), maka data berdistribusi normal.

### Uji Homogenitas Varian

$$F = \frac{\text{Varians terbesar}}{\text{Varians terkecil}}$$

Variabel	Uji Homogenitas			Ket.
	F hit	F tab	dk	
<i>Pretest-Posttest</i>	1,11	2,48	14	Homogen

### Kesimpulan :

Berdasarkan perhitungan data menggunakan Ms Excel, diperoleh data seperti tabel diatas yaitu  $F$  hitung = 1,11 lebih kecil dari  $F$  tabel = 2,48 ( $F$  hit <  $F$  tab), maka varian yang digunakan adalah homogen.

## Uji Hipotesis

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	POSTTEST	46.6000	15	7.91743	2.04427
	PRETEST	42.2000	15	7.12340	1.83925

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	POSTTEST & PRETEST	15	.975	.000

**Paired Samples Test**

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 POSTTEST - PRETEST	4.40000	1.84391	.47610	3.37888	5.42112	9.242	14	.000

### Kesimpulan :

Berdasarkan perhitungan data menggunakan aplikasi SPSS 16 yaitu tabel tersebut diatas diketahui  $t_{hitung} = 9,242$  dan  $t_{tabel}$  pada  $dk (0,05)(14)$  adalah 1,761. Oleh karena itu, nilai  $t_{hitung}$  lebih besar dari nilai  $t_{tabel}$  ( $9,242 > 1,761$ ), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh signifikan peningkatan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul melalui metode bermain.

### Perhitungan Prosentase Peningkatan

$$\begin{aligned}\text{Prosentase peningkatan} &= \frac{\text{Mean different}}{\text{Mean pretest}} \times 100\% \\ &= \frac{4,4}{42,40} \times 100 \% \\ &= 10,43 \%\end{aligned}$$

Variabel	Mean	Mean Different	Prosentase Peningkatan
Pretest- Posttest	42,20	4,40	10,43 %
	46,60		

### Kesimpulan :

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa rata-rata *pretest* adalah 42,20 dan rata-rata *posttest* adalah 46,60. Hasil ini menunjukkan bahwa signifikan peningkatan kemampuan *passing* atas peserta ekstrakurikuler bolavoli putri SMP N 2 Kretek Bantul melalui metode bermain meningkat sebesar 4,40 atau sebesar 10,43 % dari saat *pretest*.





PEMERINTAH KABUPATEN BANTUL  
DINAS PENDIDIKAN DASAR  
**SMP 2 KRETEK**  
SEKOLAH STANDAR NASIONAL

ALAMAT: PARANGGIRUTUS KRETEK BANTUL YOGYAKARTA KP. 55722, TEL. (0274) 6463335 FAX: 6463335 EMAIL: [sekretek@siswa@mail.com](mailto:sekretek@siswa@mail.com)

**SURAT KETERANGAN**

Nomor: 422/046

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kretek, Kecamatan Kretek, Kabupaten Bantul, menerangkan bahwa:

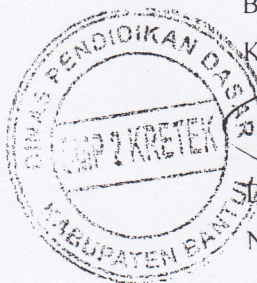
Nama : ADITYO NUGROHO  
NIM : 12601244010  
Tempat, Tanggal Lahir : Purworejo, 20 Oktober 1994  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : PJKR  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Mahasiswa tersebut benar telah melaksanakan penelitian di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Kretek mulai tanggal 27 Februari s.d. 9 April 2016 dengan judul **"Meningkatkan Kemampuan Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli Putri SMP N 2 Kretek Bantul melalui Metode Bermain"** untuk memenuhi syarat menyusun skripsi jenjang S1.

Demikian keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bantul, 4 April 2016

Kepala SMP Negeri 2 Kretek



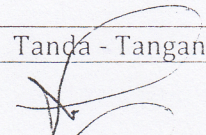
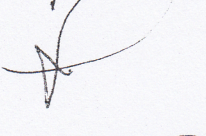
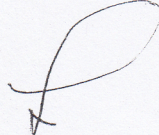
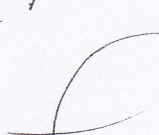
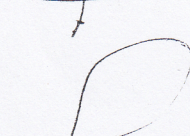
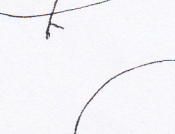
SDALHAR, S.Pd.

NIP 19570422 198602 1 001



# KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : *Aditya Nugroho.*  
 NIM : *12601244010*  
 Program Studi : *PJKR.*  
 Pembimbing : *Drs. Suhadi, M.Pd.*

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	20.11.2015	Proposal diterima.	
2.	05.01.2016.	Bob II. perbanyak pengertian dari tiap variabel.	
3.	21.01.2016	Bob III instrumen Broddy volley ball test (1945)	
4.	04.02.2016.	Bob III instrumen kouta volleyball passing test	
5.	19.02.2016.	Bob III. instrumen Tes passing untuk usia 13-15 tahun (Depdiknas) 1989: 10.	
6	21-4-2016	Buat 9ap 9ap 9ap bereslah lampiran	

Ketua Prodi PJKR,

Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes.  
 NIP. 19751018 200501 1 002 .





Lampiran 10. Dokumentasi

**DOKUMENTASI PRE TEST**



**Pretest : melakukan *passing atas* selama satu menit**

## **DOKUMENTASI TREATMENT**



**Treatment: melakukan permainan I bola lewat net**



**Treatment: melakukan permainan VI bolavoli dengan passing atas**

## **DOKUMENTASI *POST TEST***



**Post test: melakukan *passing* atas selama satu menit**